

اسے جان پورا  
علم بغیر عمل کے جنون اور دیوانگی ہے اور عمل بغیر علم کے ہلکا بھی نہیں

# اَيْهَا الْوَلَد



مکتبہ عنوشیہ  
یونیورسٹی روڈ کراچی، پاکستان

## عرض ناشر

زیر نظر کتاب **عورتوں کی نماز مع جدید سائنسی تحقیقات** عورتوں کی نماز کے فضائل و مسائل پر ایک بہترین کتاب ہے۔ اس کتاب میں فاضلہ مصنفہ نے عورتوں کی نماز کے ہر ہر رکن کی سائنسی تحقیقات جمع کی ہیں اور عورتوں میں یہ جذبہ اجاگر کرنے کی کوشش کی ہے کہ ہر عورت نماز کو شوق و لگن کیساتھ پڑھ کر نماز کے دینی و اخروی فضائل کیساتھ ساتھ دنیاوی فوائد بھی حاصل کریں۔

الحمد للہ! یہ کتاب خواتین میں بڑی مقبول ہوئی اور تقریباً ایک مہینے میں اس کا پہلا ایڈیشن ہاتھوں ہاتھ ختم ہو گیا اور اب اس کتاب کا دوسرا ایڈیشن آچکے ہاتھوں میں ہے۔ اس کتاب کو کچھ ترمیم و اضافہ کیساتھ دوبارہ شائع کیا جا رہا ہے جس کی پچھلے ایڈیشن میں کمی تھی۔

امید ہے کہ یہ اضافہ بھی خواتین کیلئے فائدہ مند ہوگا۔ اس کتاب کی افادیت کے پیش نظر اس کا ہر گھر میں ہونا ضروری ہے۔

وہا ہے کہ اللہ تعالیٰ مصنفہ کے علم و عمل میں اضافہ فرمائے اور اس کتاب کو ان کیلئے ثواب جاریہ بنائے۔ آمین

دعاؤں کا طلبگار

ابوالرضا محمد طارق قادری عطاری

# تقریظِ جلیل

حضرت علامہ مولانا مفتی عطاء المصطفیٰ اعظمی مدظلہ العالی  
مہتمم دارالافتاء، دارالعلوم امجدیہ، عالمگیر روڈ، کراچی

الحمد لله والصلوة والسلام على نبيه وآله وصحبه

خواتین کی نماز سے متعلق اس رسالہ کا اکثر و بیشتر حصہ احقر نے پڑھا مجھہ تعالیٰ صحیح پایا۔ مولیٰ تعالیٰ سے دعا ہے کہ اس رسالہ کے ذریعہ ہماری ماں بہنوں کو نفع پہنچائے اور اس پر بھرپور عمل کی توفیق عطا فرمائے اور مصنفہ موصوفہ کو اس کا بہترین اجر دُنيا و آخرت میں عطا فرمائے اور دین متین کی مزید خدمت کی توفیق بخشے۔ آمین بجاہ سپد الانبیاء والمرسلین صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم

احقر العباد

عطاء المصطفیٰ اعظمی

خادم دارالافتاء دارالعلوم امجدیہ۔ عالمگیر روڈ، کراچی

۹ ربیع الثانی ۱۴۲۲ھ مطابق 3 جولائی 2001ء



بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ  
الصَّلٰوةُ وَالسَّلَامُ عَلَیْكَ يَا رَسُوْلَ اللّٰهِ

نماز ایک ایسا فریضہ ہے جو اللہ تعالیٰ نے دن رات میں پانچ مرتبہ فرض کیا۔ اللہ تعالیٰ حکیم ہے۔ حکیم کا کوئی کام بھی حکمت سے خالی نہیں ہوتا۔ پس اللہ رب العزت نے ہم جو یہ فریضہ مقرر کیا ہے۔ اس میں ہمارے لئے بے شمار حکمتیں ہیں۔ جیسی اس کی بار بار تاکید کی گئی ہے۔ جیسا کہ اس کو قرآن پاک میں تقریباً سات سو بار تذکرے سے مؤکد کیا گیا، اسی طرح احادیثِ نبوی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام میں اس کا واضح حکم دیا گیا۔

## نماز کی فضیلت کے متعلق احکامِ ربّانی

اقیمو الصلوة واتوا الزکوة وارکعوا مع الراکعین (پ، آیت: ۴۳)

ترجمہ کنز الایمان : نماز قائم رکھو اور زکوٰۃ دو اور رکوع کرنے والوں کے ساتھ رکوع کرو۔

هدی للمتقین ۰ الذین یؤمنون بالغیب و یقیمون الصلوة ومما رزقنہم ینفقون (پ، آیت: ۳۲۲)

ترجمہ کنز الایمان : اس میں ہدایت ہے ڈروالوں کو وہ جو بے دیکھے ایمان لائیں

اور نماز قائم رکھیں اور ہماری دی ہوئی روزی میں سے ہماری راہ میں اٹھائیں۔

## نماز کی فضیلت کے متعلق احادیثِ نبویہ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم

ابو امامہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے فرمایا، بندہ جب نماز کیلئے کھڑا ہوتا ہے تو اس کیلئے جنتوں کے دروازے کھول دیئے جاتے ہیں اور اس کے اور پروردگار کے درمیان حجاب ہٹا دیئے جاتے ہیں اور حور عین اس کا استقبال کرتی ہیں۔ جب تک نہ ناک شکے نہ کھنکارے۔ (طبرانی)

## نمازی کیلئے اعزاز

رسول خدا صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے فرمایا، بندہ جب نماز شروع کرتا ہے تو اللہ تعالیٰ اُس کی طرف توجہ فرماتا ہے اور وہ بندے سے اُس وقت تک توجہ نہیں ہٹاتا جب تک بندہ اپنا منہ نہ پھیرے یا دائیں بائیں جھانکے۔

ایک اور حدیث میں ہے کہ بندہ جب تک نماز کی حالت میں رہتا ہے تین رحمتیں اُس کی شامل حال رہتی ہیں ایک یہ کہ آسمان سے اُس کے سر پر نیکیوں کی بوچھاڑ ہوتی رہتی ہے، دوسری یہ کہ فرشتے نمازی کے قدموں سے آسمان تک گھیرے میں لئے رہتے ہیں، تیسری یہ کہ منادی ندا کرتا ہے کہ اللہ عزوجل اُس کی نماز کی گواہی دیتا ہے اگر بندہ کو یہ معلوم ہو جائے کہ وہ کس کی بارگاہ میں مناجات کر رہا ہے، تب وہ کسی اور طرف کبھی توجہ نہ کرتا۔



## پیارے آقا صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم کی وصیت

پیارے آقا صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم کی آخری وصیت بھی نماز کے متعلق تھی۔ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ آپ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم کی زبان مبارک پر آخری الفاظ یہ تھے: **الصلاة الصلوة وما ملکت ایمانکم** نماز، نماز اور غلام۔

## اول وقت میں نماز کی ادائیگی

رسول خدا صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے فرمایا، جو شخص اول وقت میں نماز ادا کر لیتا ہے خود اس کی نماز جگمگاتی ہوئی اور تاباں بن کر آسمان پر اٹھالی جاتی ہے اور عرش پر پہنچ جاتی ہے اور وہ قیامت تک نمازی کیلئے استغفار کرتی رہتی ہے اور کہتی ہے کہ جیسی حفاظت تُو نے میری کی اللہ عزوجل تیری حفاظت بھی اسی طرح کرے۔

علامہ شعرانی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے ہیں کہ جب کوئی مسلمان نماز پڑھتا ہے اور وہ قبول ہو جائے تو اس نماز کے نور سے ایک فرشتہ پیدا کیا جاتا ہے۔ اُس فرشتے کی یہ ڈیوٹی لگادی جاتی ہے کہ وہ قیامت تک نماز پڑھتا رہے تاکہ اس کی نماز کا ثواب اس نمازی کو پہنچتا رہے۔ (لطائف المنن)

جس طرح نماز کی ادائیگی پر بے شمار فضیلتیں اور ڈھیروں اجر و ثواب ہے، بالکل اسی طرح ترک نماز پر بے شمار وعیدیں بھی ہیں۔

## نماز کے ترک پر حکمِ ربی عزوجل

اللہ تبارک و تعالیٰ ارشاد فرماتا ہے کہ

ترجمہ کنز الایمان: پوچھتے ہیں مجرموں سے تمہیں کیا بات دوزخ میں لے گئی۔ وہ بولے ہم نماز نہ پڑھتے تھے۔ (سورہ مدثر: ۳۰-۳۳) دوسری جگہ ارشاد ہے:

ترجمہ کنز الایمان: اور نماز قائم رکھو اور مشرکوں سے نہ ہو۔ (سورہ روم، آیت نمبر: ۳۱)

## نماز کے ترک پر احادیثِ نبوی صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم

عبداللہ بن زید رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اپنے والد سے روایت بیان کی کہ رسول اللہ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ ہمارے اور ان کافروں کے درمیان ترکِ صلوٰۃ حد ہے، نیز جس نے قصداً نماز ترک کی اُس کا نام دوزخیوں کے ساتھ دوزخ کے دروازے پر لکھا جائے گا۔

امام احمد و دارمی و بیہقی سے شعب الایمان میں مروی ہے کہ حضور صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے فرمایا، جس نے نماز کی حفاظت کی (یعنی ہمیشہ پڑھا) قیامت کے دن وہ نماز اس کیلئے نور و برہان و نجات ہوگی اور جس نے حفاظت نہ کی، اس کیلئے نہ نور ہے نہ برہان نہ نجات اور قیامت کے دن قارون و ہامان و ابی بن خلف کے ساتھ ہوگا۔

صحیحین میں نوفل بن معاویہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی، حضور اقدس صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے فرمایا، جس کی نماز فوت ہوئی تو گویا اُس کے اہل و مال جاتے رہے۔

# آئمہ کے نزدیک بے نمازی کا شرعی حکم

حضرت امام اعظم ابو حنیفہ رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کے نزدیک حکم

امام اعظم ابو حنیفہ علیہ الرحمۃ کے نزدیک اس کو قید کیا جائے اور اس وقت تک قید میں رکھا جائے جب تک کہ وہ توبہ کر کے نماز نہ پڑھ لے ورنہ تمام عمر قید میں رہے گا، یا اسے اتنا مارا جائے کہ اس کے بدن سے خون بہنے لگے۔ یہاں تک کہ توبہ کرے یا اسی حالت میں مر جائے۔ (دُرِّ مختار)

امام مالک علیہ الرحمۃ اور امام شافعی علیہ الرحمۃ کا حکم

امام مالک اور امام شافعی علیہما الرحمۃ کے نزدیک بے نمازی واجب القتل ہے (یعنی اسے قتل کرنا واجب ہے)۔ (دُرِّ مختار)

امام احمد بن حنبل علیہ الرحمۃ کا حکم

حضرت امام احمد بن حنبل رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کے نزدیک بے نمازی جس نے سُستی اور غفلت کی بنا پر تین نمازوں کو ترک کیا اور چوتھی نماز کا وقت بھی اس نے نکل کر دیا تو ایسے شخص کو شادی شدہ زانی کی طرح حد شرعی لگا کر قتل کر دیا جائے۔ (دُرِّ مختار)

حضرت شاہ عبدالقادر جیلانی المعروف غوث الاعظم علیہ الرحمۃ کا حکم

حضرت شاہ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کے نزدیک بے نمازی مرتد (دین سے پھر جانے والا) ہے۔ اگر مر جائے تو اس کی نماز جنازہ نہ پڑھے اور نہ مسلمانوں کے قبرستان میں دفن کرے بلکہ کسی کھڈے میں پھینک دیا جائے۔ (غنیۃ)

جہاں آج کی عورتیں ہر میدان میں مردوں سے آگے نکلنے میں کوشاں ہیں کاش ہماری یہ بہنیں حقیقت و معرفت کے میدان میں ان سے آگے نکلنے میں کوشاں ہوتیں۔ عبادت و علم و عمل میں ان سے سبقت لے جانے کی کوشش کرتیں۔ اپنی مسلمان بہنوں کے اندر نماز کا ذوق و شوق بیدار کرنے کیلئے نماز سائنسی تحقیق کی روشنی میں پیش کرنے کی کوشش کی گئی ہے۔ لیکن اس کتاب کا مطالعہ کرتے ہوئے نماز کا ذوق و شوق اس لئے بڑھے کہ نماز رب عزوجل کے قریب کرتی ہے۔

بس ذہن میں یہ بات رکھی جائے کہ ہمارا مذہب ہمارا اسلام کتنا مکمل مذہب ہے کہ اس کا ہر عمل ہمیں نفع دیتا ہے۔ الغرض خشوع اور خضوع، عاجزی و انکساری، خوف و خشیت الہی اور رغبت و شوق کے ساتھ نماز ادا کرنے پر اللہ تعالیٰ کی رحمت نازل ہوتی ہے۔



## نماز خشوع اور خضوع سے ادا کرنا

نماز کے جس طرح دنیاوی اور اخروی بے شمار فوائد ہیں اسی طرح طبی اور سائنسی فوائد بھی بے شمار ہیں۔ لیکن یہ سائنسی فوائد، نیز بیماریوں سے بچاؤ وغیرہ اُس وقت فائدہ پہنچائیں گے، جب ہم نماز پوری توجہ اور دلجمعی اور اُس کے پورے آداب سے ادا کریں اور جلد بازی سے کام نہ لیں۔

- ☆ اگر خشوع اور خضوع نماز میں زیادہ ہوگا تو ڈپریشن، بے چینی جیسے امراض کا بالکل خاتمہ ہو جاتا ہے۔
- ☆ اس سے خودکشی کے زُحمان، ذہنی سطح سے کم ہو کر دھل جاتے ہیں۔
- ☆ حرص طمع، لالچ، دروغ گوئی، بخل، کینہ، حسد وہ امراض ہیں جن سے انسان نفسیاتی امراض میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ لیکن انتہائی خشوع و خضوع اور دھیان سے پڑھنے والی نماز ان امراض سے نجات دلاتی ہے۔
- ☆ نماز سکون کا واحد ذریعہ ہے۔ لیکن وہ نماز جس میں خشوع اور خضوع ہو۔
- ☆ **خشوع** ..... اندر کے سکون، دھیان اور توجہ کا نام ہے۔

☆ **خضوع** ..... باہر کی ترتیب اور توجہ کا نام ہے۔

- ☆ ٹیلی پیٹھی، ہپناٹزم، یوگا، علاج انسانی ان ہی دونوں کے طلبگار ہیں۔
- ☆ ایک ماہر نفسیات کا کہنا ہے کہ اگر لوگوں کو خشوع اور خضوع کے فوائد کا پتا چل جائے تو وہ کاروبار چھوڑ کر اپنی نمازیں پڑھیں۔

# نماز

نماز کی ادائیگی کیلئے کچھ چیزیں ایسی ہیں جو نماز شروع کرنے سے پہلے ضروری ہیں یعنی اگر ہم نے ان چیزوں کے بغیر نماز شروع کی تو نماز ادا نہ ہوگی۔ یہ باہر کی چیزیں نماز کی شرائط کہلاتی ہیں۔

کچھ چیزیں نماز شروع کرنے کے بعد نماز کے اندر ضروری ہیں۔ وہ چیزیں نماز کے فرائض کہلاتے ہیں۔ کچھ چیزیں نماز کو مکمل کرنے، اس کو صحیح ادا کرنے اور اس کے اندر خشوع اور خضوع پیدا کرنے کیلئے ضروری ہیں۔ یہ سنن اور مستحبات کہلاتے ہیں۔

## نماز کی شرائط

ادائیگی نماز کیلئے کھڑے ہونے سے قبل مندرجہ ذیل شرائط ہیں:-

(۱) طہارت (۲) ستر عورت (۳) وقت (۴) استقبال قبلہ (۵) نیت (۶) تکبیر تحریمہ۔

## (۱) طہارت

طہارت سے مراد یہ ہے کہ نماز پڑھنے والے کے بدن کا حدث اصغر و اکبر (با وضو یا غسل ہونا) سے اور نجاستِ حقیقیہ قدر مانع (یعنی جس مقدار سے نماز نہیں ہوتی) سے پاک ہونا، نیز اس کے کپڑے اور اس جگہ کا جس پر نماز پڑھے نجاستِ حقیقیہ قدر مانع سے پاک ہونا۔

مندرجہ بالا تعریف سے یہ بات واضح ہوگئی کہ طہارت تین چیزوں پر ہے:-

(۱) نماز کے بدن کا پاک ہونا (۲) نماز کے کپڑے کا پاک ہونا (۳) نماز کی جگہ کا پاک ہونا۔

## بدن کا پاک ہونا

ضروری ہے کہ نماز کا بدن پاک ہو۔ پاک سے مراد یہ ہے کہ حدث اکبر (یعنی موجباتِ غسل) جس سے غسل فرض ہوتا ہے اور

حدث اصغر (یعنی نواقص وضو) وضو توڑنے والی چیزیں۔



## وضو کی تعریف

وضو کی تعریف یہ ہے کہ نماز کیلئے بدن کے ایسے اعضاء کو دھونا کہ جن کے دھوئے بغیر نماز شروع نہ ہوگی۔

## قرآن پاک میں وضو کا حکم

اللہ عز وجل قرآن پاک میں ارشاد فرماتا ہے:

يا ايها الذين امنوا اذا قمتم الى الصلوة فغسلوا وجوهكم وايديكم الى المرافق

وامسحوا برؤوسكم وارجلكم الى الكعبين (سورۃ مائدہ: ۶)

ترجمہ کنزالایمان: اے ایمان والو! جب تم نماز کا ارادہ کرو (اور وضو نہ ہو) تو اپنے منہ

اور اپنی کہنیوں تک ہاتھوں کو دھو اور سروں کا مسح کرو اور ٹخنوں تک پاؤں دھو۔

## فرائض وضو

(۱) منہ دھونا (۲) کہنیوں سمیت دونوں ہاتھوں کا دھونا (۳) سر کا مسح کرنا (۴) ٹخنوں سمیت دونوں پاؤں کا دھونا۔

## دھونے کی تعریف

کسی عضو کے دھونے کے یہ معنی ہیں کہ اس عضو کے ہر حصہ پر کم از کم دو قطرے پانی بہہ جائیں۔ بھیگ جانے یا تیل کی طرح پانی چپڑ لینے یا آدھ قطرہ بہہ جانے کو دھونا نہیں کہیں گے، نہ اس سے وضو یا غسل ادا ہوگا۔

اس مسئلہ کا خیال رکھنا بہت ضروری ہے۔ عام طور پر اس کی طرف توجہ نہیں کی جاتی اور نمازیں بیکار ہو جاتی ہیں۔ (بہار شریعت)

## مسح کی تعریف

کسی عضو پر تر ہاتھ پھیرنے یا تری پہنچنے کو مسح کہتے ہیں۔ (دُرِّ مختار)

## وضو کا طریقہ

☆ اونچی جگہ قبلہ رو بیٹھیں، یہ مستحب ہے۔

☆ وضو کی نیت اس طرح کریں..... میں وضو کرتی ہوں پاکی حاصل کرنے کیلئے، اللہ عز وجل کی خوشنودی حاصل کرنے کیلئے۔

☆ بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھیں، کیونکہ جو وضو بسم اللہ سے شروع کیا جائے تمام بدن کو گناہوں سے پاک کر دیتا ہے،

ورنہ جتنے اعضاء پر پانی گزرے گا وہی گناہوں سے پاک ہوں گے۔

☆ پہلے تین تین بار پہنچوں تک دونوں ہاتھ دھوئیں پھر مسواک کریں۔

## مسواک کرنے کا طریقہ

☆ مسواک نہ بہت نرم ہونہ زیادہ سخت ہو۔

☆ پیلو، زیتون یا نیم وغیرہ کی لکڑی ہو، میوے کی یا خوشبودار درخت کی لکڑی کی نہ ہو، بہت موٹی نہ ہو، زیادہ سے زیادہ ایک باشت لمبی ہو۔

☆ مسواک اس طرح ہاتھ میں لیں کہ چھنگلیا مسواک کے نیچے اور بیچ کی تین انگلیاں اوپر اور انگوٹھا سرے پر ہو۔

☆ کم از کم تین بار دائیں بائیں اور اوپر نیچے مسواک کریں اور ہر مرتبہ مسواک کو دھوئیں۔

☆ پہلے سیدھی طرف اوپر کے دانتوں پر پھر الٹی طرف بھی اوپر ہی کے دانتوں پر مسواک کریں۔

☆ پھر سیدھی طرف نیچے کے دانتوں پر پھر الٹی طرف نیچے کے دانتوں پر۔

## مسواک کی فضیلت

☆ ابو نعیم حضرت جابر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے راوی کہ رسول اللہ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے فرمایا، دو رکعتیں جو مسواک کر کے پڑھی جائیں افضل ہیں بغیر مسواک کی ستر رکعتوں سے۔

☆ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے فرمایا، جب بندہ مسواک کر لیتا ہے پھر نماز کو کھڑا ہوتا ہے تو فرشتہ اس کے پیچھے کھڑا ہو کر قرأت سنتا ہے پھر اس سے قریب ہوتا ہے یہاں تک کہ اپنا منہ اس کے منہ پر رکھ دیتا ہے۔

☆ پھر تین بار اس طرح کلی کریں کہ منہ کی تمام جڑیں، دانتوں کی تمام کھڑکیوں میں پانی پہنچ جائے کہ وضو میں اس طرح کرنا سنت مؤکدہ ہے اگر روزہ نہ ہو تو غرغہ بھی کرے۔

☆ کلی یا غرغہ داہنے ہاتھ سے پانی لے کر کریں۔

☆ پھر بائیں ہاتھ کی چھوٹی انگلی ناک میں میں ڈال کر ناک صاف کریں۔

☆ تین چلو سے تین بار ناک میں پانی چڑھائیں کہ جہاں تک نرم گوشت ہوتا ہے، ہر بار اس پر پانی بہہ جائے اور روزہ نہ ہو تو ناک کی جڑ تک پانی پہنچائیں (یہ کام دائیں ہاتھ سے کریں)۔

☆ پھر تین بار منہ اس طرح دھوئیں کہ لمبائی میں شروع پیشانی سے جہاں سے عادتاً بال جمنے کی انتہا ہو، ٹھوڑی کے نیچے تک اور

چوڑائی میں ایک کان کی لو سے دوسرے کان کی لو تک پانی بہہ جائے (لوگ وغیرہ ہلا کر اس کے نیچے پانی بہائیں)۔



☆ پھر پہلے دایاں اور پھر بایاں ہاتھ کہنیوں سمیت اس طرح دھوئیں کہ ناخن سے لے کر کہنیوں تک ہر جگہ پانی بہہ جائے۔ ہاتھ دھوتے وقت اس بات کا خاص طور سے خیال رکھیں کہ ایک روٹکا بھی خشک نہ رہے اگر پانی کسی بال کی جڑ کو تر کرتا ہوا بہہ گیا اور اوپری حصہ خشک رہ گیا تو وضو نہ ہوگا۔

☆ پھر پورے سر کا مسح کریں کہ پورے سر کا مسح کرنا سنت ہے اور چوتھائی سر کا مسح فرض ہے۔ اس کا طریقہ یہ ہے کہ دونوں ہاتھوں کے انگوٹھے اور کلمے کی انگلی چھوڑ کر ایک ہاتھ کی باقی انگلیوں کے سرے دوسرے ہاتھ کی تین انگلیوں کے سرے سے ملائیں اور پیشانی کے بال پر رکھ کر گدی تک کھینچتے ہوئے لے جائیں۔

☆ پھر کلمے کی انگلی کے پیٹ سے کانوں کے پیٹ کا اور انگوٹھوں کے پیٹ سے کانوں کی پشت کا اور انگلیوں کی پشت سے گردن کا مسح کریں مگر گلے پر ہاتھ نہ پھیریں۔

☆ پھر تین بار پہلے دایاں پاؤں اس کے بعد بایاں پاؤں ٹخنوں سمیت دھوئیں اور پاؤں کی انگلیوں کا خلال بائیں ہاتھ کی چھنگلی سے کریں (اگر لوٹے سے وضو کیا ہے تو وضو کا بچا ہوا پانی تھوڑا سی پی لیں کہ شفا بخش ہے)۔

☆ وضو کے بعد آسمان کی طرف منہ کر کے کلمہ شہادت اور سورہ قدر پڑھیں۔



## ضروری مسائل

کسی عضو کے دھونے کے معنی یہ ہیں کہ اس عضو کے ہر حصے پر کم سے کم دو بوند پانی بہہ جائے۔ بھگ جانے یا تیل کی طرح پانی چڑ لینے سے یا ایک آدھ بوند بہہ جانے کو دھونا نہ کہیں گے۔ نہ اس سے غسل اور وضو ادا ہوگا۔ اس امر کا لحاظ بہت ضروری ہے۔ اکثر خواتین اس چیز سے غافل رہتی ہیں جس کی وجہ سے نمازیں برباد ہو جاتی ہیں۔ خیال رکھا جائے کہ بدن کے کچھ ایسے حصے ہیں کہ جب تک ان کا خاص خیال نہ کیا جائے ان پر پانی نہیں بہتا، جیسے گھنڈیاں، پاؤں کے گٹے، انگلیوں کے درمیانی حصے۔

☆ مسکارا، آئی لائنز، افشاں، لپ اسٹک، نیل پالش مانع وضو و غسل ہیں (یعنی ان سے وضو و غسل نہیں ہوگا) لہذا ان کا چھڑانا فرض ہے۔

☆ چہرہ دھوتے وقت نہ آنکھوں کو سختی سے بند کریں اور نہ ہونٹوں کو بھینچیں کہ وہ جگہ جو عادتاً منہ بند کرنے سے ظاہر ہوتی ہے اس تک پانی نہیں پہنچے گا اور اس طرح وضو کا فرض کامل طور پر ادا نہ ہوگا۔

☆ نتھ کا سوراخ اگر بند نہ ہو تو اس میں پانی بہانا فرض ہے اگر تنگ ہو تو پانی ڈالنے میں نتھ کو حرکت دے، ورنہ ضروری نہیں۔

☆ پلک کا ہر بال دھونا ضروری ہے۔ اگر اس میں کوئی چیز مثلاً مسکارا یا آئی لائنز وغیرہ لگا ہوا ہو تو اس کا چھڑانا فرض ہے۔

☆ واٹر پروف لائنز و مسکارا کیلئے خاص طور پر احتیاط ضروری ہے۔

☆ ہر قسم کے جائز و ناجائز گہنے، چھلے، انگوٹھیاں، کنگن، کانچ کی چوڑیاں، ریشم کے لچھے وغیرہ اگر اتنے تنگ ہوں کہ نیچے پانی

نہ بہے تو اتار کر دھونا فرض ہے اور اگر صرف ہلا کر دھونے سے پانی بہہ جاتا ہے تو حرکت دینا ضروری نہیں اور اگر ڈھیلے ہوں کہ

بے ہلائے بھی پانی پہنچ جائے گا تو ہلانا کچھ ضروری نہیں۔

☆ افشاں (Glitter) والی چوڑیاں کہ ان کی چمک ہاتھوں پر جم جاتی ہے اس کو چھڑانا بھی ضروری ہے۔

☆ پاؤں دھوتے وقت یہ احتیاط ضروری ہے کہ پاؤں کے انگوٹھوں میں اس قدر کھینچ کر دھاگہ باندھ دیتے ہیں کہ پانی کا بہنا

تو درکنار دھاگے کے نیچے تر بھی نہیں ہوتا، اس سے بچنا لازم ہے کہ اس صورت میں وضو نہیں ہوتا۔ (بہار شریعت)

## وضو اور سائنسی تحقیق

وضو طہارت کا ایک ایسا اسلامی امتیازی عمل ہے جو کسی بھی مذہب میں نہیں پایا جاتا۔ یہ ایک ایسا عمل ہے جس سے بدن کے وہ حصے صاف ہوتے ہیں جن کے ذریعے امراض جسم میں داخل ہوتے ہیں۔

☆ وضو میں سب سے پہلے ہاتھ دھوئے جاتے ہیں۔ ہاتھوں کے بعد کلی کرنی ہے۔ اگر ہاتھ صاف نہ ہوں گے اور جراثیم سے آلودہ ہوں گے تو یہی جراثیم منہ کے راستے جسم میں داخل ہو کر متعدد امراض کا باعث بن جائیں گے۔

☆ اگر ہاتھوں کو نماز کے بہانے وضو کے دوران دھویا نہ جائے تو مندرجہ ذیل امراض کے پھیلنے کے قوی خطرات ہوتے ہیں۔ مثلاً جلد کا رنگ اور ان کی بیماریاں، گرمی دانے، ایگزیم، جلدی سوزش، پھپھوندی کی بیماری وغیرہ۔

☆ کھانا کھانے میں غذائی ذرات دانتوں میں اُٹک کر رہ جاتے ہیں اور پھر یہ غذائی ذرات متعفن ہو کر ایک خاص شکل اختیار کر لیتے ہیں اور لعاب دہن کے ذریعے معدے میں پہنچتے رہتے ہیں اور یہی نقصان دہ مادے دانتوں اور مسوڑھوں کو نقصان پہنچاتے رہتے ہیں۔ کلی اور مسواک سے یہ امراض لاحق نہیں ہوتے۔

☆ اسی طرح ہوا کے ذریعے ہزاروں جراثیم منہ میں جمع ہو جاتے ہیں اور لعاب کی وجہ سے چپک جاتے ہیں اگر انکو صاف نہ کیا جائے تو یہ مندرجہ ذیل امراض کا باعث بن جاتا ہے۔ منہ کے کناروں کا پھٹنا، ہونٹوں اور منہ کی داغ، منہ میں پھپھوندی کی بیماریاں، چھالے وغیرہ۔

☆ ناک کے ذریعے انسانی جسم میں گرد و غبار داخل ہوتے رہتے ہیں حتیٰ کہ دائمی نزلہ زکام اور ناک کے امراض کا باعث بنتے ہیں۔ دن میں پانچ دفعہ ناک دھونے سے یہ تمام خدشات دور ہو جاتے ہیں۔

☆ چہرہ دھونے سے اس کے حسن اور خوبصورتی میں اضافہ ہوتا ہے۔ پانچ مرتبہ چہرہ دھونے سے نہ اس پر دانے نکلتے ہیں اور نہ ہی الرجی ہوتی ہے۔ چہرے پر ہاتھ ملنے سے چہرے کا مساج ہو جاتا ہے۔ اس سے خون کا دوران متوازن ہوتا ہے۔

☆ ہاتھ کہنیوں سمیت دھونے سے ہاتھوں کی وہ تینوں رگیں جن کا تعلق بالواسطہ دل و دماغ اور جگر سے ہے۔ ہاتھوں کو دھونے سے ان تینوں اعضاء کو تقویت پہنچتی ہے اور امراض سے دور رہتے ہیں۔

☆ کئی دفعہ ایسا ہوتا ہے کہ انسان کا دماغ کام کرنا چھوڑ دیتا ہے لہذا تمام مغربی ڈاکٹر اس بات پر متفق ہیں کہ مسح والی جگہ کو دو چار بار ضرور تر کیا جائے تاکہ دماغ اپنی اصلی پوزیشن میں آجائے اور جسم کے دوسرے تمام حصوں کیلئے فعال ہو جائے۔

☆ سب سے زیادہ دھول مٹی اور جراثیم سے پاؤں آلودہ ہوتے ہیں اور سب سے پہلے جوائنکشن ہوتا ہے وہ پاؤں کی انگلیوں کے درمیان ہوتا ہے۔ وضو میں پانچ دفعہ انگلیوں کے خلال کا حکم دیا گیا ہے تاکہ کسی قسم کا جراثیم اٹکا نہ رہ جائے۔ پاؤں دھونے کی وجہ سے بے شمار امراض کا خاتمہ بھی ہوتا ہے مثلاً ڈپریشن، بے چینی، بے سکونی، دماغی خشکی اور نیند کی کمی وغیرہ جیسے مہلک امراض کا خاتمہ ہوتا ہے۔



# غسل

## قرآن پاک میں غسل کا حکم

اللہ عز وجل قرآن پاک میں فرماتا ہے:

**وَان كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطْهَرُوا**

ترجمہ کنزالایمان : اور اگر تم جُنُب ہو جاؤ تو خوب پاک ہو جاؤ یعنی غسل کرو۔

## غسل کے فرائض

غسل میں مندرجہ ذیل تین فرض ہیں:

(۱) کلی کرنا (۲) ناک میں پانی ڈالنا (۳) تمام بدن پر پانی بہانا۔

## کلی کرنا

کلی کرنا یہ ہے کہ منہ کے ہر پرزے، گوشے اور ہونٹ اور حلق کی جڑ تک ہر جگہ پانی بہہ جائے۔ آجکل کلی کرنے کا یہ مطلب لیا جاتا ہے کہ تھوڑا سا پانی منہ میں لے کر اُگل دو، اگرچہ زبان کی جڑ اور حلق کے کنارے تک پانی نہ پہنچے، یوں غسل نہیں اُترتا، نہ اس غسل سے نماز ہو سکتی ہے۔ بلکہ فرض یہ ہے کہ داڑھوں کے نیچے گالوں کی تہہ میں دانتوں کی جڑ اور کھڑکیوں میں اور زبان کی ہر کروٹ میں حلق کے کنارے تک ہر پرزے پر پانی بہہ جائے۔ (دُرِّ مختار)

## ناک میں پانی ڈالنا

- ☆ دونوں نٹھوں میں جہان تک نرم حصہ ہے یعنی سخت ہڈی کے شروع تک دھونا کہ پانی کو سونگھ کر اوپر چڑھائیں۔
- ☆ بال برابر جگہ بھی دھلنے سے نہ رہ جائے ورنہ غسل نہ ہوگا۔
- ☆ ناک کے اندر کثافت (رینٹھ) جم گئی ہو تو اس کا چھڑانا فرض ہے، نیز ناک کے بالوں کا بھی دھونا فرض ہے۔
- ☆ ناک کا سوراخ بند نہ ہو تو اس میں پانی پہنچانا ضروری ہے اور اگر تنگ ہے تو حرکت دینا ضروری ہے ورنہ نہیں۔ (دُرِّ مختار، ردُّ المحتار)

## تمام ظاہری بدن پر پانی بہانا

سر کے بالوں سے پاؤں کے تلووں تک جسم کے ہر پرزے پر اور ہر روٹنگے پر پانی بہہ جانا، جب تک ایک ایک پرزے پر پانی بہتا ہوا نہ گزرے گا غسل ہرگز نہ ہوگا۔ (بہارِ شریعت)



## غسل کا مکمل طریقہ

- ☆ غسل شروع کرنے سے پہلے غسل کی نیت کہ نیت کرتی ہوں میں غسل کی پاکی حاصل کرنے کیلئے اور اللہ عزوجل کی خوشنودی کیلئے۔
- ☆ دونوں ہاتھ پہنچوں تک تین تین بار دھوئیں، پھر استنجہ کی جگہ دھوئیں خواہ نجاست لگی ہو یا نہ ہو۔
- ☆ پھر جسم پر کہیں اور نجاست لگی ہو تو اس کو دُور کریں۔
- ☆ پھر نماز کا سا وضو کریں مگر پاؤں نہ دھوئیں، ہاں اگر چوکی وغیرہ پر غسل کر رہی ہوں تو پاؤں بھی دھولیں۔
- ☆ پھر بدن پر تیل کی طرح پانی چھڑ لیں (خصوصاً سردیوں میں) ..... (نوٹ: اس دوران صابن بھی لگا سکتے ہیں)۔
- ☆ پھر تین بار سیدھے کندھے پر پانی بہائیں۔
- ☆ اس کے بعد بائیں (اُٹے) کندھے پر پانی بہائیں۔
- ☆ اس کے بعد سر پر اور تمام بدن پر تین بار پانی بہائیں۔ گردن، بغلیں، ران، پنڈلیوں کے ملنے کی جگہیں، ڈھلکی ہوئی پستان، ناف کے سوراخ، شرمگاہ کا ہر گوشہ اور دیگر تمام اعضاء پر خاص احتیاط سے پانی پہنچائیں۔
- ☆ اب غسل کی جگہ سے الگ ہو جائیں اور اگر وضو کرنے میں پاؤں نہیں دھوئے تھے تو اب دھولیں۔
- ☆ غسل کے بعد تویہ وغیرہ سے جسم پونچھنے میں حرج نہیں۔
- ☆ غسل کے بعد فوراً کپڑے پہن لیں۔
- ☆ اگر مکروہ وقت نہ ہو تو دو رکعت نفل ادا کرنا مستحب ہے۔

## غسل کی احتیاطیں

غسل میں اکثر اوقات بد احتیاطیاں پائی جاتی ہیں جن سے غسل نہیں ہوگا اور نمازیں برباد ہو جائیں گی۔ لہذا یہ باتیں یاد رکھیں:-

- ☆ پانی کوتیل کی طرح چڑ لینے پر قناعت نہ کریں کہ یہ دھونا نہیں بلکہ مسح ہوا، حالانکہ غسل میں ہر عضو کو دھونا فرض ہے۔
- ☆ جسم میں بعض جگہیں ایسی ہیں کہ جب تک خاص طور پر احتیاط نہ کی جائے تو نہیں دھلیں گی، لہذا احتیاط کیساتھ پانی بہائیں کہ بدن کے ہر ذرے ہر رونگٹے پر پانی بہہ جائے۔
- ☆ سر کے بال گوندھے ہوئے نہ ہوں تو ہر بال پر جڑ سے ٹوک تک پانی بہانا ضروری ہے اور گوندھے ہوئے ہوں تو عورت پر صرف جڑ تر کر لینا ضروری ہے کھولنا ضروری نہیں۔ ہاں چوٹی اگر سخت گوندھی ہوئی ہو کہ بے کھولے جڑیں تر نہ ہوگی تو کھولنا ضروری ہے۔
- ☆ کان اور ناک میں زیورات پہننے کے اگر سوراخ ہیں تو ان میں بھی پانی بہانا ضروری ہے۔ اگر سوراخ تنگ ہے تو حرکت دے کر پانی پہنچائیں۔
- ☆ کان کے ہر ہر پرزے اور اس کے سوراخ کا منہ، کانوں کے پیچھے بال ہٹا کر پانی بہائیں۔
- ☆ ٹھوڑی اور گلے کا جوڑ کہ بے منہ اٹھائے نہ دھلیں گے۔
- ☆ دونوں بغلیں کہ بغیر ہاتھ اٹھائے نہ دھلیں گی۔
- ☆ بازو کا ہر پہلو اور پیٹھ کا ہر حصہ۔
- ☆ پیٹ کی بلٹیں اٹھا کر اور ناف میں انگلی ڈال کر دھوئیں۔
- ☆ ران اور پیٹرو کا جوڑ، ران اور پنڈلی کا جوڑ۔
- ☆ دونوں سرین کے ملنے کی جگہ۔
- ☆ رانوں کی گولائی اور پنڈلیوں کی کروٹیں۔
- ☆ ڈھلی ہوئی پستان کو اٹھا کر دھوئیں۔
- ☆ پستان اور پیٹ کے جوڑ کی جگہ۔
- ☆ شرمگاہ کا ہر گوشہ ہر ٹکڑا نیچے اوپر خیال سے دھوئیں، ہاں اندر انگلی ڈال کر دھونا ضروری نہیں، مستحب ہے۔
- ☆ یوں ہی خفیض و نفاس سے فارغ ہو کر غسل کریں تو ایک پرانے کپڑے سے اندر سے خون کا اثر صاف کر لینا مستحب ہے لازمی نہیں۔

☆ ماتھے پر افشال (Glitter) چسپی ہو تو اس کا چھڑانا بھی ضروری ہے۔

☆ بالوں میں اگر Gell لگا ہے کہ اس کے ہوتے بال تر نہ ہوں گے یا Hair Spray ہو تو اس کا چھڑانا ضروری ہے ورنہ غسل نہ ہوگا۔

☆ نیل پالش لگی ہو تو اس کا چھڑانا فرض ہے کہ بغیر چھڑائے وضو اور غسل نہ ہوگا۔

☆ اگر تہہ دار میک اپ کیا ہوا ہے تو اس کا چھڑانا بھی ضروری ہے۔ (دُرِّ مختار، ردُّ المحتار، بہارِ شریعت)

جس شخص پر غسل فرض ہو تو اسے چاہئے کہ جلد از جلد غسل کر لے کہ جنبی کے بارے میں حدیثِ پاک میں ارشاد ہے کہ جس گھر میں بچ ہو اس گھر میں رحمت کے فرشتے نہیں آتے۔

احتیاط کے ساتھ غسل کرنے سے جسم کے وہ تمام پوشیدہ اعضاء جو کہ عام طور پر بے دھیانی میں دھونے سے رہ جاتے ہیں وہ دھل جاتے ہیں اور انسان اپنے اندر ایک فرحت بخش احساس اور نئی زندگی محسوس کرتا ہے یہ فرحت اور تازگی خشوع کے زیادہ قریب کرتی ہے اور دل و دماغ کی تقویت کا باعث بنتی ہے۔

اسی طرح عورت کے جسم کا حیض و نفاس سے پاک ہونا ضروری ہے۔



## کپڑے کا پاک ہونا

جس طرح نمازی کے بدن کا پاک ہونا ضروری ہے اسی طرح نمازی کے کپڑے کا پاک ہونا ضروری ہے۔  
ناپاکی دو طرح کی ہوتی ہے..... (۱) نجاست غلیظہ (۲) نجاست خفیفہ

### نجاست غلیظہ

انسان کے بدن سے جو ایسی چیز نکلے کہ اس سے غسل یا وضو واجب ہو نجاست غلیظہ ہے۔ جیسے پاخانہ، پیشاب، بہتا خون، پیپ، منہ بھرتے، حیض و نفاس و استحاضہ کا خون، منی، ودی، ندی، دکھتی آنکھ کا پانی، اس کے علاوہ شراب، ہنہ والا خون، مردار کا گوشت اور اس کا چمڑا، ان جانوروں کا پیشاب جن کا گوشت نہیں کھایا جاتا، کتوں کا پاخانہ، درندوں کا پاخانہ اور تھوک، مرغی بطن اور مرغابی کی بیٹ وغیرہ یہ سب نجاست غلیظہ ہیں۔ (نور الایضاح، بہار شریعت)

### نجاست غلیظہ کا حکم

- ☆ نجاست غلیظہ کا حکم سخت ہے۔ اگر کپڑے یا بدن پر ایک درہم سے زیادہ لگ جائے تو اس کا پاک کرنا فرض ہے۔ بغیر پاک کئے نماز پڑھ لی تو نہ ہوگی اور اگر جان بوجھ کر پڑھی تو گناہ گار ہوئی اور اگر بہ نیت استخفاف (ہلکا جانا) ہے تو کفر ہوا۔
- ☆ اگر ایک درہم کے برابر ہے تو پاک کرنا واجب ہے کہ بغیر پاک کئے نماز پڑھ لی تو مکروہ تحریمی ہوئی یعنی ایسی نماز کا اعادہ واجب ہے اور قصد اُپڑھی تو گنہ گار ہوگی۔
- ☆ ایک درہم سے کم ہے تو پاک کرنا سنت ہے کہ بغیر پاک کئے نماز پڑھ لی تو ہوگئی مگر خلاف سنت ہوئی، اس کا دوبارہ پڑھنا بہتر ہے۔

### شریعت میں درہم کا وزن

- ☆ شریعت میں درہم کا وزن ساڑھے چار ماشہ اور زکوٰۃ میں تین ماشہ 1/1/5 رتی ہے۔
- ☆ اس کی مقدار یہ ہے کہ ہتھیلی خوب پھیلا کر ہموار رکھیں اور اس پر آہستہ سے اتنا پانی ڈالیں کہ اس سے زیادہ پانی نہ رُک سکے اب پانی کا جتنا پھیلاؤ ہے اتنا بڑا درہم سمجھا جائے گا۔ (بہار شریعت)

## نجاستِ خفیفہ

مثلاً گھوڑے کا پیشاب، اس طرح اس چیز کا پیشاب جن کا گوشت کھایا جاتا ہے اور ایسے پرندوں کی بیٹ جن کو کھایا نہیں جاتا۔ (نورالایضاح)

## نجاستِ خفیفہ کا حکم

نجاستِ خفیفہ کا یہ حکم ہے کہ کپڑے کے حصے یا بدن کے جس عضو میں لگی ہے، اگر اس کی چوتھائی سے کم ہے (مثلاً دامن میں لگی ہے تو دامن کی چوتھائی سے کم آستین میں اس کی چوتھائی سے کم، یونہی ہاتھ میں لگی، ہاتھ کی چوتھائی سے کم ہے) تو معاف ہے، اس سے نماز ہو جائے گی اور اگر پوری چوتھائی میں ہو تو بے دھوئے نماز نہ ہوگی۔

نجاستِ غلیظہ اور خفیفہ کے مفصل بیان فقہ کی مستند کتابوں مثلاً بہارِ شریعت، ستی بہشتی زیور وغیرہ میں دیکھے جاسکتے ہیں۔

## کپڑے پاک کرنے کا طریقہ

☆ نجاست اگر دلدلدار ہے جیسے پاخانہ، گوبر، خون وغیرہ تو دھونے میں گنتی کی کوئی شرط نہیں بلکہ اس کو دُور کرنا ضروری ہے۔  
اگر ایک بار دھونے سے صاف ہو جائے تو پاک ہو جائے گی اگرچہ دو یا پانچ بار دھونے سے صاف ہو تو ۲ یا ۵ بار دھونا پڑھے گا۔  
ہاں اگر تین بار سے کم میں نجاست دُور ہو جائے تو تین بار دھولینا مستحب ہے۔

☆ اگر نجاست دُور ہو گئی مگر اس کا کچھ اثر باقی ہے، رنگ یا بو تو اسے بھی دُور کرنا لازم ہے۔ ہاں اگر اس کا اثر مشکل سے جائے تو اثر دُور کرنے کی ضرورت نہیں، تین بار دھولیا تو کپڑا پاک ہو گیا۔ (عالمگیری، مدیہ)

☆ نجاست اگر پتلی ہو تو تین بار دھونے اور تینوں بار بقوت نچوڑنے سے پاک ہوگا اور قوت کیساتھ نچوڑنے کے یہ معنی ہیں کہ وہ شخص اپنی طاقت بھر اس طرح نچوڑے کہ اگر پھر نچوڑے تو اس میں سے کوئی قطرہ نہ ٹپکے۔ اگر کپڑے کا خیال کر کے اچھی طرح نہ نچوڑا تو کپڑا پاک نہ ہوگا۔

☆ پہلی اور دوسری مرتبہ نچوڑنے کے بعد ہاتھ پاک کر لینا بہتر ہے اور تیسری بار نچوڑنے سے کپڑا بھی پاک ہو گیا اور ہاتھ بھی۔ (بہار شریعت)

## ..... دوسرا طریقہ .....

☆ سب سے پہلے کپڑے پر لگی نجاست صاف کریں۔  
☆ اس کے بعد کپڑے کو پانی سے بھری ہوئی بالٹی میں ڈال کر نکا کھول دیں اور تقریباً آدھی بالٹی جتنا پانی گرنے دیں۔  
مثال کے طور پر اگر ایک بالٹی چھ مٹ میں بھرتی ہے تو تین مٹ تک پانی گرنے دیں، اب وہ کپڑا پاک ہو گیا۔

## کپڑے کا پاک ہونا اور سائنسی تحقیق

کپڑے انسان کی بنیادی ضرورت ہیں اگر نمازی کا بدن اور کپڑے پاک نہ ہوں تو قسم قسم کے جراثیمی مادے مختلف بیماریوں کا باعث بن جاتے ہیں۔ گندے کپڑوں سے نماز پڑھنے میں وہ تازگی (Freshness) حاصل نہیں ہوتی جو صاف کپڑوں سے حاصل ہوتی ہے۔ یہی ناپاک کپڑے والا شخص جہاں بیٹھے وہاں امراض کے پھیلانے کا ذریعہ بن جاتا ہے۔ اس کے علاوہ میلے کچلے کپڑوں سے انسان کی سوشل لائف بھی کچھ نہیں رہتی کہ ہر شخص ایسے کپڑوں والے سے گریز کرتا ہے۔ اسلام نے نماز کے ذریعے سے آدمی کو معاشرے میں رہنے اور عزت کے ساتھ زندگی گزارنے کا سلیقہ بتایا ہے تاکہ وہ صاف اور پاک رہے اور ہر شخص اس سے محبت کرے۔



## نمازی کی جگہ کا پاک ہونا

جس طرح کپڑے اور بدن کا پاک ہونا ضروری ہے اسی طرح نماز کیلئے ایسی جگہ منتخب کی جائے جو پاک ہو۔

☆ زمین زیادہ تر قدرتی عوامل مثلاً دھوپ، ہوا وغیرہ سے پاک ہو جاتی ہے اسی طرح جائے نماز، چٹائی، دری یا چاندنی وغیرہ کا بھی نجاست سے پاک ہونا شرط ہے۔

☆ جائے نماز میں ہاتھ پاؤں، پیشانی اور ناک رکھنے کی جگہ کا نماز پڑھنے میں پاک ہونا ضروری ہے، باقی جگہ اگر نجاست ہو تو نماز میں حرج نہیں ہاں نماز میں نجاست کے قرب سے بچنا چاہئے کہ یہ باعث کراہت ہے۔

## جگہ کا پاک ہونا اور سائنسی تحقیق

نماز کی ادائیگی ایک مکمل عمل ہے۔ اس کیلئے ایسی جگہ منتخب کی جائے جہاں متعدد امراض کے جراثیم نہ ہوں۔ ناپاک اور غیر موزوں جگہ انسانی جسم پر خطرناک اثرات مرتب کرتی ہے اور پوچھا لوجی کے مطابق کئی ایسی بیماریاں پیدا کرتی ہے کہ جو جسم و دماغ کی تمام قوتیں ختم کر دیتی ہیں۔ اس کے علاوہ ناپاک زمین سے تلخ، ہیضہ، ٹائیفائیڈ وغیرہ جیسے موذی امراض کا خطرہ ہوتا ہے۔

لیکن یہ تحقیقات اب ہوئی ہیں۔ اسلام ایک مکمل ضابطہ حیات مہیا کرتا ہے۔ جس نے صدیوں قبل اس پہلو سے آگاہ کر دیا۔

## (2) ستر عورت

ستر عورت یعنی بدن کا وہ حصہ جس کا چھپانا نماز میں فرض ہے، اس کا چھپانا۔

☆ عورت کیلئے نماز کی حالت میں منہ کی نکلی اور دونوں ہتھیلیوں اور پاؤں کے سوا سارا بدن عورت ہے (یعنی ان کے علاوہ تمام بدن کا چھپانا ضروری ہے) لہذا نماز کیلئے اگر تنہا اندھیری کوٹھری میں بھی ہو سوائے ان پانچ عضو کے باقی تمام بدن چھپانا فرض ہے۔

☆ اسی طرح بعض خواتین جب نماز شروع کرتی ہیں تو ان کے کان نظر آ رہے ہوتے ہیں اور اسی طرح کلاںیاں اور ٹخنے بھی نظر آ رہے ہوتے ہیں حالانکہ نماز میں ان اعضاء کا چھپانا فرض ہے لہذا اس طرح نماز شروع نہ ہوگی۔

☆ نماز میں جن اعضاء کا چھپانا فرض ہے ان میں سے کوئی عضو ایک چوتھائی سے کم کھل گیا تو نماز ہوگئی اور اگر چوتھائی کھل گیا اور فوراً چھپا لیا تو نماز ہو جائے گی اور اگر بقدر ایک رکن یعنی تین مرتبہ سبحان اللہ کہنے کے کھلا رہا، یا خود کھولا اگرچہ فوراً چھپا لیا تو نماز جاتی رہی۔ (رَدُّ الْمَحْتَار، عالمگیری)

☆ اتنا باریک دوپٹہ جس سے بالوں کی سیاہی جھلکے یا چمکے، عورت نے اوڑھ کر نماز پڑھی تو نہ ہوگی۔

لہذا ایسے باریک کپڑے مثلاً وائل، جالی، کریپ، نازک ململ، باریک جار جٹ وغیرہ کے دوپٹے اور کپڑوں سے نماز نہ ہوگی۔

جس طرح بالوں کی رنگت کا نظر نہ آنا فرض ہے اس طرح بدن کی رنگت اگر جھلکی یا چمکی تو نماز نہ ہوگی۔

## ستر عورت اور سائنسی تحقیق

عورتوں کے باریک لباس سے جہاں شرم و حیا، حجاب و وفا، ختم ہو جاتی ہے وہاں اس کے کچھ نقصانات بھی واقع ہوتے ہیں۔

☆ سورج میں موجود الٹرا وائلٹ ریز (Ultra Violet Rays) سخت گرمی میں جلد اور جسم کیلئے بہت نقصان دہ ہوتی ہیں۔

اگر لباس موٹا ہو تو یہ شعاعیں لباس سے باہر ہی رُک جاتی ہیں اور اگر لباس باریک ہو تو یہ شعاعیں جلد کو بہت نقصان پہنچاتی ہیں۔

☆ اس کے علاوہ جس لباس سے عورت کے جسم کی رنگت جھلکے اس جسم سے غلیظ نسواری لہریں نکلتی ہیں۔



**تعریف.....** قدرت نے انسان کے معمولات زندگی اور اس کو ازل سے ابد تک جانتے اور پہچانتے ہوئے نماز میں اس کے اوقات اور وقفے مقرر کئے ہیں اور یہی اوقات اور وقفے اوقات نماز کہلاتے ہیں۔

## اوقات نماز پر حکم ربی عزوجل

**ان الصلوة كانت على المؤمنين كتباً موقوتاً** (سورہ نساء: ۱۰۳)

ترجمہ کنز الایمان : بے شک نماز مسلمانوں پر وقت باندھا ہوا فرض ہے۔

## اوقات نماز پر حدیث نبوی صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم

امام احمد و ترمذی ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت کرتے ہیں کہ حضور اقدس صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم فرماتے ہیں کہ نماز کیلئے اوّل و آخر ہے اوّل وقت ظہر کا اس وقت ہے کہ آفتاب ڈھل جائے اور آخر وقت کہ عصر کا وقت اس وقت کہ آفتاب کارنگ زرد ہو جائے اور اوّل وقت مغرب کا اس وقت کہ آفتاب ڈوب جائے اور اس کا آخر وقت جب شفق ڈوب جائے اور اوّل وقت عشاء جب شفق ڈوب جائے اور آخر وقت جب آدھی رات ہو جائے (یعنی وقت مباح بلا کراہت)۔

**تقریباً ہر مذہب کے پیروکار مانتے ہیں کہ انسان جسم اور روح کا مرکب ہے جسم کی غذا زمین سے نکلنے والی خوراک اور روح کی غذا نماز ہے۔ دین اسلام میں جسم اور روح کی غذا کا ساتھ ساتھ انتظام کیا گیا ہے۔**

☆ صبح کے وقت ناشتہ کر کے جسم کو غذا دیتے ہیں اور فجر کی نماز پڑھ کر روح کو قوت بخشتے ہیں۔

☆ دوپہر کا کھانا کھا کر جسم کو قوت ملتی ہے اور ظہر کی نماز پڑھ کر روح کی غذا کا سامان ہو جاتا ہے۔

☆ عصر اور مغرب کی نماز ڈھلتے دن کے بعد مزید روح کیلئے تقویت کا باعث بنتی ہے۔

☆ عشاء کی نماز میں تعداد رکعت زیادہ ہونے میں ایک حکمت یہ بھی ہوتی ہے کہ چونکہ شام کے وقت کئی لوگ کھانا زیادہ

کھا لیتے ہیں اس لئے عشاء کی نماز کی رکعتیں زیادہ ہوتی ہیں۔



**نماز فجر.....** فجر کا وقت صبح صادق سے سورج کی کرن چمکنے تک ہے اور یہ وقت کم از کم ایک گھنٹہ اٹھارہ منٹ اور زیادہ سے زیادہ ایک گھنٹہ پینتیس منٹ ہے۔ نہ اس سے کم ہوگا نہ اس سے زیادہ۔

## نماز فجر اور سائنسی تحقیق

نماز فجر اس وقت ہوتی ہے جب رات ڈوبنے کو ہوتی ہے اور اس وقت آدمی رات کے سکون اور آرام کے بعد اٹھتا ہے۔ سائنس اور حفظانِ صحت (ہائجین) کا اصول ہے کہ کسی بھی ورزش کو کرنے کیلئے آہستہ آہستہ اپنی رفتار، قوت اور لچک میں اضافہ کیا جاتا ہے حتیٰ کہ دوڑیں پھر اور تیز اور پھر سبک رفتار بن جائیں۔ اب اگر انسان صبح اٹھتے ہی سترہ رکعت کی نماز پڑھے تو اس کی صحت بہت جلد ختم ہو جائیگی اور وہ بہت جلد ہی اعصاب اور لاغری کا مریض بن جائے گا اور پھر رات سونے کے بعد صبح اٹھتے ہی پیٹ خالی ہوتا ہے اور خالی پیٹ بھی اس وقت جب اعضاء رات بھر سکون میں رہے ہوں اور پھر فوراً انہیں تحریک دی جائے دونوں حالتوں میں سخت محنت اور زیادہ اٹھک بیٹھک بہت مضر ہے۔ سبحان اللہ! اس لئے اللہ رب العزت نے صبح کی نماز بہت مختصر رکھی ہے۔

صبح کی نماز کا بنیادی مقصد انسان کو طہارت اور صفائی کی طرف مائل کرنا ہے۔ لہذا اگر اس نے نماز کا وضو اور مسواک نہ کیا اور صبح کا ناشتہ کر لیا تو جراثیم رات بھر پھلتے پھولتے رہتے ہیں اور بیکٹیریا کی ایک خاص قسم رات کو سوتے وقت منہ میں پیدا ہو جاتی ہے اگر وہ غذا یا پانی کے ذریعے اندر چلی جائے تو معدے کی سوزش آنتوں کے ورم اور السر کے خطرات ہو جاتے ہیں۔

**نمازِ ظہر.....** نمازِ ظہر کا وقت سورج ڈھلنے سے اس وقت تک ہے کہ ہر چیز کا سایہ علاوہ اصلی کے دو چاند ہو جائے۔

### نمازِ ظہر اور سائنسی تحقیق

☆ خواتین صبح اٹھ کر دوپہر تک بدستور کام میں مگن رہتی ہیں جن سے ان کا ذہن و جسم تھک جاتا ہے اور یہ بات تجربے سے ثابت ہے کہ اگر بہت تھکن کے وقت نمازِ ظہر پڑھی جائے تو جسم و دماغ کو پھر سے ہشاش بشاش تر و تازہ اور بقیہ دن کے کام کرنے کے قابل کرتی ہے۔

☆ اسی طرح خواتین جاب وغیرہ کرتی ہیں تو اس دوران گرد و غبار دھول مٹی سے ان کا واسطہ پڑتا رہتا ہے۔ بعض اوقات زہریلے کیمیکلز ہوا کے ذریعے کھلے اعضاء چہرے اور ہاتھوں پر لگ جاتے ہیں۔ جو اگر زیادہ دیر رہیں تو انتہائی نقصان دہ ثابت ہوتے ہیں تو ایسی کیفیت میں جب کوئی خاتون وضو کرتی ہیں تو اس پر سے تمام کثافتیں اور تھکان دور ہو جاتی ہیں اور اس پر سرور اور کیف کی ایک دنیا روشن ہو جاتی ہے۔

☆ سورج کی تمازت ختم ہو کر جو زوال سے شروع ہوتی ہے زمین کے اندر سے گیس خارج ہوتی ہے۔ یہ گیس اس قدر زہریلی ہوتی ہے کہ اگر یہ انسان پر اثر انداز ہو جائے تو اسے قسم قسم کی بیماریوں میں مبتلا کر دیتی ہے۔ دماغی نظام اس قدر زہم برہم ہو جاتا ہے کہ آدمی پاگل پن کا گمان کرنے لگتا ہے۔ جب کوئی بندہ ذہنی طور پر عبادت میں مشغول ہو جاتا ہے تو اسے نماز کی نورانی لہریں خطرناک گیس سے محفوظ رکھتی ہیں۔ اب نورانی لہروں سے یہ زہریلی گیس بے اثر ہو جاتی ہے۔

**نمازِ عصر.....** نمازِ عصر کا وقت بعد ختم ہونے وقتِ ظہر کے یعنی سوا سایہ اصلی کے دو مثل سایہ ہونے سے سورج ڈوبنے تک ہے۔ یہ وقت کم سے کم ایک گھنٹہ پینتیس منٹ اور زیادہ سے زیادہ دو گھنٹے چھ منٹ ہے۔

### نمازِ عصر اور سائنسی تحقیق

☆ ہر ذی شعور انسان اس بات کو محسوس کرتا ہے کہ عصر کے وقت اس کے اوپر ایسی کیفیت طاری ہوتی ہے جس کو وہ تھکان، بے چینی، اضمحلال کا نام دیتا ہے۔ یہ تھکان اور اضمحلال شعوری حواس کی گرفت کا نتیجہ ہوتا ہے۔ عصر کی نماز شعور کو اس حد تک مضحمل ہونے سے روک دیتی ہے۔ جس سے دماغ پر خراب اثرات مرتب ہوں۔

☆ وضو اور عصر کی نماز قائم کرنے والے بندے کے شعور میں اتنی طاقت آ جاتی ہے کہ وہ لاشعوری نظام کو آسانی سے قبول کر لیتا ہے اور اپنی روح سے قریب ہو جاتا ہے۔

☆ دماغ روحانی تحریکات قبول کرنے کیلئے تیار ہو جاتا ہے۔



**نمازِ مغرب.....** نمازِ مغرب کا وقت سورج کی ٹکیا ڈوب جائے تو شروع ہوتا ہے اور شفق ڈوب جانے تک رہتا ہے اور شفق اسی سفیدی کا نام ہے جو مغرب کی جانب جنوب شمال میں صبح صادق کی طرح پھیلی رہتی ہے اور یہ وقت کم از کم ایک گھنٹہ اٹھارہ منٹ اور زیادہ سے زیادہ ایک گھنٹہ پینتیس منٹ ہوتا ہے۔ یعنی ہر روز کے صبح اور مغرب دونوں کے وقت برابر ہوتے ہیں۔

### نمازِ مغرب اور سائنسی تحقیق

☆ آدمی بالفعل اس بات کا شکر ادا کرتا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے رِزق عطا فرمایا ہے اور کاروبار سے اس کی اور اس کے بچوں کی ضروریات بالخصوص عورت کے جذبات مسرور اور خوش و خرم اور پر کیف ہو جاتے ہیں۔ جب وہ اپنے گھر والوں کے ساتھ ذہنی سکون کے ساتھ محو گفتگو ہوتی ہے تو اس کے اندر کی روشنیاں بچوں میں براہِ راست منتقل ہوتی ہیں اور ان روشنیوں سے اولاد کے دل میں ماں باپ کا احترام اور وقار قائم ہوتا ہے۔

بچے غیر ارادی طور پر ماں باپ کی عادات کو تیزی کے ساتھ اپنے اندر جذب کرتے ہیں اور ان کے اندر ماں باپ کی محبت اور عشق کا جذبہ پیدا ہوتا ہے۔ مختصر یہ کہ مغرب کی نماز صحیح طور پر پابندی کے ساتھ ادا کرنے والی بندی کی اولاد سعادت مند اور ماں باپ کی خادم ہوتی ہے۔

**نمازِ عشاء.....** مغرب کا وقت ختم ہوتے ہی یعنی شفق کے ڈوبنے ہی عشاء کا وقت شروع ہو جاتا ہے اور صبح صادق تک رہتا ہے۔ (فتاویٰ رضویہ)

### نمازِ عشاء اور سائنسی تحقیق

☆ انسان طبعی طور پر لالچی ہے جب دُنیا کے کاروبار سے فارغ ہو کر گھر واپس آتا ہے تو وہ کھانا کھاتا ہے اور لذتِ حرص میں کھانا زیادہ کھا لیتا ہے۔ اب اگر وہ اس کھانے کے بعد لیٹ جائے تو مہلک امراض میں مبتلا ہو جائے گا۔ اب اللہ تعالیٰ نے اس کو ایک اور فائدہ بھی دیا ہے کہ سارے دن کا تھکا ہوا ذہن لے کر اگر وہ نیند کرے گا تو بے سکون ہوگا۔ اس کو سکون نماز کے اندر ملے گا۔ یوں کھانے اور سکون کا تمام نظام نماز کے ذریعے حل ہوتا ہے اور پھر جب یہ نماز پڑھ کے سوئے گا تو جس طرح صبح اُٹھتے ہی فجر کی نماز کی ورزش کی تو اسی طرح سوتے وقت عشاء کی نماز کی مکمل اور طویل ورزش اس کو سکون اور آرام کی نیند سلائے گی۔

اب تو ماہرینِ سونے سے قبل ہلکی ورزش پر زور دیتے ہیں اور خود ماہرین کا کہنا ہے کہ نماز سے بڑھ کر وقت کی کوئی بہتر ورزش نہیں۔



## (4) استقبال قبلہ

استقبال قبلہ یعنی کعبۃ اللہ کی طرف منہ کر کے نماز ادا کرنا۔

**استقبال قبلہ پر حکم خداوندی عزوجل**

**فول وجہک شطر المسجد الحرام وحيث ما كنتم فولوا وجوهكم شطره (پارہ ۴)**

ترجمہ کنزالایمان : تو اپنا منہ (نماز میں) مسجد حرام کی طرف پھيرو

اور اے مسلمانو! تم جہاں کہیں بھی ہو اسی کی طرف (نماز میں) منہ کرو۔

**مسئلہ.....** کعبہ کی طرف منہ ہونے کے معنی یہ ہیں کہ منہ کی سطح کا کوئی جز کعبہ کی سمت میں واقع ہو تو اگر قبلہ سے کچھ انحراف ہو (یعنی پھری ہوئی ہے) مگر منہ کا کوئی حصہ کعبہ کے مواجہہ میں ہے تو نماز ہو جائے گی۔ اس کی مقدار ۴۵ درجے (ڈگری) رکھی گئی ہے تو اگر ۴۵ ڈگری سے زائد انحراف ہے تو استقبال قبلہ نہ پایا گیا، نماز نہ ہوگی۔ (بہار شریعت)

**مسئلہ.....** اگر استقبال قبلہ سے عاجز ہو مثلاً بیمار ہے کہ اس میں اتنی طاقت نہیں کہ ادھر رخ بدلے اور وہاں کوئی ایسا نہیں جو اس کا منہ کعبے کی جانب پھیر دے تو ایسی صورت میں جس رخ پر نماز پڑھ سکے پڑھ لے، نماز ہو جائے گی۔ (رد المحتار)

☆ اگر کسی جگہ قبلے کی شناخت کا کوئی ذریعہ نہ ہو تو حکم ہے کہ تَحَرّی کرے۔ یعنی سوچے جدھر قبلہ ہونے پر دل مطمئن ہو ادھر ہی منہ کر لے۔ لیکن تحری کیلئے ضروری ہے کہ نہ کوئی شخص بتانے والا ہو، نہ مسجد میں محرابیں ہوں اور نہ چاند سورج سے شناخت ہو سکے۔

☆ اگر کوئی عورت نماز پڑھ رہی تھی اس نے قبلے سے بلا عذر جان بوجھ کر سینہ پھیر دیا، اگر فوراً ہی قبلے کی طرف ہو گئی نماز فاسد ہو گئی۔ اور اگر بلا ارادہ پھر گئی اور تین تسبیح کی مقدار وقفہ نہ ہوا تو ہو گئی۔ اور اگر منہ قبلے سے پھیرا تو اس پر واجب ہے کہ فوراً قبلے کی طرف منہ کر لے نماز نہ جائے گی۔ مگر بلا عذر ایسا کرنا مکروہ ہے۔ (مدیہ۔ بحوالہ ائق)

نیت دل کے پکے ارادے کو کہتے ہیں، محض جاننا نیت نہیں تا وقتیکہ ارادہ نہ ہو۔ (تنویر الابصار)

**نیت پر حکم ربی عز وجل**

اللہ عز وجل فرماتا ہے:-

**وما امر الا ليعبد الله مخلصين له الدين**

ترجمہ کنز الایمان: انہیں تو یہی حکم ہوا کہ اللہ کی عبادت کریں اس کیلئے دین کو خالص رکھتے ہوئے۔

**نیت پر حدیث نبوی صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم**

**انما الاعمال بالنیات ولكل امری ما نوى** (بخاری و مسلم، رواہ عمر بن الخطاب رضی اللہ تعالیٰ عنہ)

ترجمہ: اعمال کا دار و مدار نیت پر ہے اور ہر شخص کیلئے وہ ہے جو اس نے نیت کی۔

## مسائل ضروریہ

- ☆ نیت زبان سے کہہ لینا مستحب ہے، اس میں کچھ عربی کی تخصیص نہیں اُردو یا فارسی وغیرہ میں ہو سکتی ہے۔
- ☆ فرض نماز میں فرض کی نیت ضروری ہے اور یہ بھی ضروری ہے کہ خالص نماز کی نیت کرے جو پڑھنی ہے، مثلاً ظہر یا عصر کی۔
- ☆ وتر میں واجب کی نیت کرے۔
- ☆ تراویح میں تراویح کی نیت کرنا ضروری ہے۔ یونہی سنتوں میں سنت کی نیت کرے۔
- ☆ نفل نماز کیلئے مطلق نماز کی نیت کافی ہے کہ میں نماز پڑھتی ہوں۔ (دُرِّ مختار، رُؤ الختار)
- ☆ نیت میں تعداد رکعات کی ضرورت نہیں، البتہ فضیلت ہے تو اگر رکعات کی تعداد میں خطا ہوگئی مثلاً تین رکعات ظہر کی چار رکعات مغرب کی نیت کی تو نماز ہو جائے گی۔
- ☆ فرض و واجب قضا ہو گئے تو ان میں دن اور نماز دونوں کا معین کرنا ضروری ہے مثلاً منگل کی ظہر کی نماز کی قضا۔
- ☆ اگر دل میں نماز توڑنے کی نیت مگر زبان سے کچھ نہ کیا تو نماز بدستور جاری رہے گی اگر بغیر نیت کئے نماز کے منافی کوئی کام کر لیا تو نماز جاتی رہی۔ (دُرِّ مختار، رُؤ الختار)



## نیت کا مسنون طریقہ

نیت کرتے وقت نماز کی تمام شرائط کا پایا جانا ضروری ہے۔ اگر ایک بھی شرط مکمل نہ ہو تو نماز نہ ہوگی۔

☆ نیت کرتے وقت دونوں پیروں کے درمیان چار انگل کا فاصلہ ہو۔

☆ نیت کرتے وقت قبلہ رخ کھڑی ہوں۔ نیت کرتے وقت ہاتھ لٹکے ہوئے ہوں۔

☆ نیت کرتے وقت نگاہ سجدہ گاہ پر ہو۔

☆ پھر نیت کرے..... میں نے نیت کی آج کی ظہر، چار رکعت فرض کی، منہ میرا کعبہ شریف کی طرف، اللہ عزوجل کے واسطے۔

## نیت کی سائنسی تحقیق

جب نماز کی نیت کیلئے کھڑے ہوتے ہیں تو قدرتی طور پر جسم میں تناؤ پیدا ہوتا ہے۔ ایسی حالت میں انسان کے اوپر سفلی جذبات کا زور ٹوٹ جاتا ہے۔ سیدھے کھڑے ہونے میں ام الدماغ سے روشنیاں چل کر ریڑھ کی ہڈی سے ہوتی ہوئی پورے اعصاب میں پھیل جاتی ہیں۔

نماز میں جب ہاتھ اٹھا کر (عورت) دونوں کندھوں کے قریب لے جاتی ہے تو ایک مخصوص برقی رو نہایت باریک رگ اپنا کنڈیز بنا کر دماغ میں جاتی ہے اور دماغ کے خلیوں کو چارج کر دیتی ہے۔ جس کو شعور نے نظر انداز کر دیا تھا۔ یہ خلیے چارج ہوتے ہیں تو دماغ میں روشنی کا ایک جھماکہ ہوتا ہے۔ اس جھماکے سے تمام اعصاب متاثر ہو کر دماغ کے اس خانے کی طرف متوجہ ہو جاتے ہیں جس میں دماغ کی روحانی صلاحیتیں مخفی ہیں۔

☆ پھر جب سینے پر ہاتھ باندھتی ہے جس سے جنسی نظام میں تعدیل اور جسم کیلئے موزوں اور ضروری تحریک پیدا ہو جاتی ہے تاکہ انسانی نسل دوسری نسلوں سے ممتاز اور اشرف رہے۔ پھر جب قرأت کی جاتی ہے تو جیسے ہی الفاظ ادا ہوتے ہیں تو روح اپنی پوری توانائیوں کے ساتھ صفات الہیہ سے اکتساب فیض کرتی ہے اور پورے جسمانی نظام میں اللہ تعالیٰ کی صفات اثر انداز ہو جاتی ہیں۔ جسم کا رواں رواں اللہ تعالیٰ کی پاکی بیان کرنے میں مشغول ہو جاتا ہے۔



# فرائض نماز

سات چیزیں نماز میں فرض ہیں:

فرائض وہ چیزیں ہوتی ہیں کہ اس کے ادا کئے بغیر نماز ہوگی ہی نہیں۔ وہ سات چیزیں مندرجہ ذیل ہیں:-

(۱) تکبیر تحریمہ (۲) قیام (۳) قرأت (۴) رکوع (۵) سجود (۶) قعدہ اخیرہ (۷) خروج بھنجم (سلام)۔

## (۱) تکبیر تحریمہ

حقیقتاً یہ شرائط نماز سے ہے مگر چونکہ افعال نماز سے اس کو بہت زیادہ اتصال ہے اس لئے فرائض نماز میں اس کا شمار ہوا۔

## تکبیر تحریمہ پر حکم ربی عزوجل

وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّى (پ ۳، سورۃ الاعلیٰ: ۱۵)

ترجمہ کنز الایمان: اور اپنے رب کا نام لے کر نماز پڑھی۔

## تکبیر تحریمہ پر حدیث نبوی صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم

تکبیر تحریمہ پر کئی احادیث منقول ہیں۔ حضور اکرم صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے اللہ اکبر سے نماز شروع کی ان میں ایک حدیث یہ ہے کہ حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ میں نے حضور صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم کو دیکھا کہ آپ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے تکبیر کہی اور انگوٹھے اپنے کانوں کے مقابل کر لئے۔ (بخاری و مسلم و تہذیبی: جاء الحق، حصہ دوم)

## تکبیر تحریمہ کی تعریف

نماز شروع کرتے وقت جو اللہ اکبر کہا جاتا ہے، اسے تکبیر تحریمہ کہتے ہیں۔

## تکبیر تحریمہ کا دُرست طریقہ

- ☆ عورتوں کیلئے تکبیر تحریمہ کا دُرست طریقہ یہ ہے کہ عورت اس طرح کھڑی ہو کہ دونوں قدموں کے درمیان چار انگلی کا فاصلہ ہو۔
- ☆ نیت کرنے کے بعد دونوں ہاتھ کاندھوں تک اٹھائیں اس طرح کہ ہتھیلیاں قبلہ رخ ہوں انگلیاں اپنے حال پر ہوں۔
- ☆ ہاتھوں کو چادر سے باہر نہ نکالیں۔
- ☆ اللہ اکبر کہتے ہوئے دونوں ہاتھ سینے پر چھاتی کے نیچے اس طرح رکھیں کہ اُٹے ہاتھ کی ہتھیلی کی پشت پر دائیں ہاتھ کی ہتھیلی ہو۔
- ☆ اللہ اکبر کہتے ہوئے سر نہ جھکائیں نہ آسمان کی طرف اٹھائیں بلکہ قبلہ رو رہیں۔

## مسائل ضروریہ

تکبیر تحریمہ کہتے ہوئے اگر لفظ اللہ کو آلہ یا اکبر کو آکبر یا اکبار کہا نماز نہ لوگی۔ بلکہ اگر ان کے معنی فاسد سمجھ کر کہے تو نماز فاسد ہے۔ کفر کا بھی اندیشہ ہے۔ (دُرِّ مختار)

☆ اللہ اکبر کی جگہ کوئی اور لفظ جو خاص تعظیم الہی کے الفاظ ہوں مثلاً اللہ اجل، اللہ اعظم یا اللہ کبیر وغیرہ الفاظ تعظیسی کہے تو ان سے بھی ابتداء ہو جائے مگر یہ تبدیلی مکروہ تحریمی ہے۔ (عالمگیری، دُرِّ مختار)

☆ اگر بطور تعجب اللہ اکبر کہا یا مؤذن کے جواب میں کہا اور اسی تکبیر سے نماز پڑھی تو نماز نہ ہوئی۔ (دُرِّ مختار)

## تکبیر تحریمہ پر سائنسی تحقیق

جب تکبیر تحریمہ میں ہاتھ کا ندھوں تک اٹھائے جاتے ہیں تو بازوؤں گردن کے پٹھوں اور شانوں کے پٹھوں کی ورزش ہوتی ہے۔ دل کے مریض کیلئے ورزش بہت ضروری ہے جو کہ نماز میں خود بخود ہو جاتی ہے۔ یہی ورزش فالج سے بچاتی ہے۔



## (2) قیام

قیام یعنی کھڑا ہونا۔ پورا قیام یہ ہے کہ سیدھی کھڑی ہو۔

**قیام پر حکم ربی عزوجل**

**وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ** (پ ۲، سورۃ بقرہ: ۲۳۸)

ترجمہ: اور کھڑے ہو اللہ کے حضور ادب سے۔

**قیام پر حدیث نبوی صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم**

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ حضور صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے اس سے پہلے گفتگو کے بعد فرمایا، جب تم نماز کیلئے تیار ہوا چھی طرح وضو کر کے قبلہ رو کھڑے ہو۔ (بخاری و مسلم)

**قیام کی تعریف**

نماز کا وہ رکن جس میں سیدھے کھڑے ہو کر سورۃ فاتحہ اور سورت کی تلاوت کی جاتی ہے، قیام کہلاتا ہے۔

**قیام کا درست طریقہ**

☆ قیام کے وقت دونوں پاؤں میں چار انگل کا فاصلہ ہو۔

☆ قیام میں عورت ہاتھوں کو سینے پر چھاتی کے نیچے اس طرح باندھے کہ بائیں کی پشت پر دائیں ہاتھ کی ہتھیلی ہو۔

☆ نگاہ سجدہ گاہ پر ہو (یہ عمل مستحب ہے)۔

## مسائل ضروریہ

☆ فرض وتر اور سنت فجر میں قیام فرض ہے کہ اگر حالت تندرستی میں یہ نمازیں بیٹھ کر پڑھیں تو نہ ہوں گی۔

☆ اگر عصا کے سہارے سے یا خادم کے سہارے یا دیوار سے ٹیک لگا کر کھڑی ہو سکتی ہے تو فرض ہے کہ کھڑی ہو کر پڑھے۔ (غنیۃ)

**تنبیہ**..... آج کل عموماً عورتوں میں یہ بات دیکھی جاتی ہے کہ جہاں زیادہ بخار آیا یا معمولی سی تکلیف ہوئی یا گھر کی مصروفیات

کے باعث یا بازار جا کر تھک گئی تو بیٹھ کر نماز پڑھ لیتی ہیں جبکہ یہی عورتیں کھڑی ہو کر باتیں کرنے لگ جاتیں تو دس دس،

پندرہ پندرہ منٹ اس حال میں گزار دیتی ہیں۔ ہماری بہنوں کو چاہئے کہ ان مسائل سے آگاہ ہوں کہ باوجود قدرت قیام کے بیٹھ کر

نماز پڑھی تو ان کا اعادہ (دہرانا) واجب ہے۔

## قیام کی سائنسی تحقیق

☆ قیام سے جسم کو سکون کی کیفیت محسوس ہوتی ہے۔

☆ قیام میں نمازی جس حالت میں ہوتا ہے۔ روزانہ 45 منٹ ایسی حالت میں کھڑے رہیں تو دماغ اور اعصاب میں زبردست قوت اور طاقت پیدا ہوتی ہے۔ قوت فیصلہ اور قوت مدافعت بدن میں زیادہ ہوتی ہے۔

☆ نماز میں قیام کرنا گھٹنوں، ٹخنوں اور پیروں سے اوپر پنڈلیوں اور ہاتھوں کے جوڑوں کو قوی کرتا ہے۔ گھٹیا کے درد کو ختم کرتا ہے لیکن شرط ہے کہ جسم سیدھا رہے۔ خم واقع نہ ہو۔

## سینے پر ہاتھ باندھنے کی سائنسی تحقیق

☆ عورتیں نیت کے بعد جب سینے پر ہاتھ باندھتی ہیں تو دل کے اندر صحت بخش حرارت منتقل ہوتی ہے اور وہ غدد و نشوونما پاتے ہیں۔ جن کے اوپر بچوں کی غذا کی انحصار ہے، پس وہ غذا جو بچوں کو ملتی ہے تو ان کے اندر نورانی شعور بیدار کرتی ہے۔

☆ اس سے نظام انہضام درست ہوتا ہے۔ قبض دور ہوتی ہے۔

☆ معدے کی دوسری خرابیاں نیز آنتوں اور پیٹ کے عضلات کا ڈھیلا پن ختم ہو جاتا ہے۔

☆ ڈاکٹر ڈارون کے مطابق جب عورتیں سینے پر ہاتھ رکھ کر دنیا سے کٹ کر سکون حالت میں ہوتی ہیں۔ ان کے اندر ایک خاص قسم کی شعاعیں پیدا ہوتی ہیں جو کہ ہلکے نیلے یا سفید رنگ کی ہوتی ہے۔ شعاعوں کا خروج اور دخول اس جسم کے اندر قوت مدافع (Immunity) کے بڑھنے سے عورت کا جسم کبھی بھی خلیات سرطان (Cells of Cancer) میں مبتلا نہیں ہوتا۔

## نماز میں دائیں ہاتھ کو بائیں ہاتھ پر رکھنے کی سائنسی تحقیق

☆ دائیں ہاتھ سے خاص طور پر جو شعاعیں نکلتی ہیں۔ وہ مثبت (Positive) اور بائیں ہاتھ سے منفی (Negative) شعاعیں نکلتی ہیں۔ دائیں ہاتھ کی مثبت شعاعیں، بائیں ہاتھ میں منتقل ہو کر طاقت، قوت اور تحریک کا باعث بنتی ہیں۔ جن سے انسان معمولات زندگی میں متوازن رہتا ہے اور پریشان نہیں ہوتا۔

☆ اس عمل سے ہاتھ کے فالج کا اندیشہ نہیں رہتا۔ بلکہ ہاتھ کے فالج والے لوگوں کو یہ ورزش کرائی جاتی ہے۔

## نگاہ سجدہ گاہ پر ہونے کی سائنسی تحقیق

☆ نماز میں نگاہ کا سجدے کی جگہ ہونا لازمی ہے۔ چونکہ اوپر کے دائیں ہاتھ سے ہوتی ہوئی نگاہ سجدے کی جگہ جاتی ہے۔

اس لئے دایاں ہاتھ اوپر رکھا گیا ہے تاکہ دائیں ہاتھ کی مثبت لہریں پیش نظر ہوں۔



### (3) قُرأت

یعنی قرآن کریم پڑھنا۔

**قُرأت پر حکمِ ربی عزوجل**

اللہ عزوجل قرآن پاک میں ارشاد فرماتا ہے:

**فاقرء واما تيسر من القرآن (پ ۲۹، سورۃ المزمل: ۲۰)**

ترجمہ کنزالایمان: اب قرآن میں سے جتنا تم پر آسان ہوا اتنا پڑھو۔

**قُرأت پر حدیثِ نبوی صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم**

حضرت عبادہ بن صامت رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ حضور سید عالم صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا، جس نے سورۃ فاتحہ نہ پڑھی اُس کی نماز کامل نہیں۔

**قُرأت کی تعریف**

قُرأت اس کا نام ہے کہ تمام حروفِ مخارج سے ادا کئے جائیں کہ ہر حرف غیر سے صحیح طور پر ممتاز ہو جائے۔

**قُرأت کرنے کا درست طریقہ**

قُرأت کرنے کا درست طریقہ یہ ہے کہ تجوید کے ساتھ یعنی مخارج کی صحیح ادائیگی کیساتھ قُرأت کی جائے اور اتنی آواز ہو کہ خود سنے، اگر حروف کی تصحیح تو کی مگر اس قدر آہستہ کہ خود نہ سنی اور کوئی مانع مثلاً شور و غل اور ثقلِ سماعت بھی نہیں تو نماز نہ ہوئی۔ (عالمگیری)

## مسائل ضروریہ

- ☆ مطلقاً ایک آیت پڑھنا ضروری ہے۔ (بہار شریعت)
- ☆ سورۃ فاتحہ اور اس کے ساتھ ایک چھوٹی سورہ یا اس کے برابر کی آیت ملانا واجب ہے۔
- ☆ فرض کی پہلی دو رکعتوں اور وتر، سنت مؤکدہ وغیرہ مؤکدہ کی تمام رکعتوں میں قرأت سورۃ فاتحہ اور سورت ملانا واجب ہے۔

### قرأت پر سائنسی تحقیق

- ☆ جب نمازی قرأت شروع کرتا ہے تو احادیث میں ہے کہ اتنی اونچی قرأت ہو کہ اپنے کان سے سنے۔ اب ان قرآنی الفاظ کے انوار و تجلیات پورے جسم میں سرایت کر جاتے ہیں۔ جو امراض کے دفعیے کیلئے اکسیر اعظم کی حیثیت رکھتی ہے۔
- ☆ چونکہ قرآن پاک کی تلاوت ہو رہی ہوتی ہے۔ اس لئے اس کا جسم ایک نور کے حلقے میں مسلسل لپٹا رہتا ہے اور جب کہ وہ اس حالت میں رہتا ہے تو اس وقت وہ نور جسے سائنسی زبان میں غیر مرئی شعاعیں کہتے ہیں، احاطہ کئے ہوتی ہیں۔
- ☆ ماہر روحانیت (Head Bater) کہتا ہے کہ ہر لفظ ایک یونٹ (Unit) ہے۔ اس سے ایک تیز روشنی نکلتی ہے، جو مثبت اور منفی ہوتی ہے۔

- ☆ خون کے سرخ ذرات (Hemog Lobene) تحقیق کے مطابق غیر مرئی اثرات سے لوٹتے ہیں اور اس کے لوٹنے کے عوامل بڑھ جائیں تو بلڈ کینسر (Blood Cancer) کے خطرات بڑھ جاتے ہیں۔ نماز میں تلاوت کی وجہ سے اس کے اثرات سے محفوظ رہتے ہیں۔



## (4) رکوع

قیام کے بعد اتنا جھکنا کہ ہاتھ گھٹنوں تک پہنچ جائیں۔

**رکوع پر حکم ربی عزوجل**

**وارکعو مع الراکعین** (پ ۲، سورۃ بقرہ: ۲۳۸)

ترجمہ کنز الایمان: اور رکوع کرنے والوں کے ساتھ رکوع کرو۔

**رکوع پر حدیث نبوی صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم**

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے ایک شخص کو نماز کی تعلیم فرماتے ہوئے فرمایا، مختصراً..... پھر رکوع کرو یہاں تک کہ تمہیں رکوع میں اطمینان ہو جائے۔ (بخاری و مسلم)

**رکوع کی تعریف**

قرأت کے بعد جھک کر ہاتھ گھٹنوں پر رکھنا اس مخصوص عمل کی ادائیگی کو رکوع کہتے ہیں۔

**رکوع کا عملی طریقہ**

- ☆ رکوع کا طریقہ یہ ہے کہ عورتیں اتنا جھکیں کہ ہاتھ گھٹنوں تک پہنچ جائیں۔
- ☆ پیٹھ سیدھی نہ کریں۔
- ☆ گھٹنوں پر زور نہ دیں۔
- ☆ ہاتھ گھٹنوں پر اس طرح ہوں کہ انگلیاں ملی ہوئی ہوں گی اور بازو پہلو سے ملا کر رکھیں۔
- ☆ عورتیں حالت رکوع میں پنڈلی کو جھکائیں، مردوں کی طرح سیدھی نہ کریں۔
- ☆ پاؤں کے دونوں ٹخنے ملائیں۔
- ☆ نگاہ قدموں پر رکھیں۔
- ☆ رکوع میں تین یا پانچ یا سات بار سبحن ربی العظیم پڑھیں۔

- ☆ رکوع صحیح طریقے سے ادا کرنا کہ اعضاء سکون میں آجائیں ضروری ہے یہ تعدیل ارکان میں سے ہے۔
- ☆ ایسی نماز جس میں رکوع اطمینان سے ادا نہ کیا جائے یعنی تعدیل ارکان نہ کیا جائے تو نماز ناقص اور واجب الاعداد ہوتی ہے۔
- ☆ جیسا کہ حدیث پاک میں آیا کہ حضور سید عالم صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے فرمایا، جو شخص نماز میں کچھ چراتا ہے۔ وہ بدترین چور ہے۔ صحابہ کرام رضی اللہ تعالیٰ عنہم اجماعاً نے عرض کیا، یا رسول اللہ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم! کوئی نماز کی چوری کیسے کر سکتا ہے؟ حضور صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا، رکوع و سجود کو پورا ادا نہ کرنا نماز کی چوری ہے۔

### رکوع پر سائنسی تحقیق

- ☆ رکوع اگر صحیح طریقے سے ادا کیا جائے تو گھٹنوں اور کمر کے درد میں افاقہ ہوتا ہے۔
- ☆ رکوع سے حرام مغز (Spinal Cord) کی کارکردگی میں افاقہ ہوتا ہے اور وہ مریض جن کے اعضاء سُن ہو جاتے ہیں وہ اس مرض سے بہت جلد افاقہ حاصل کر سکتے ہیں۔
- ☆ دوران رکوع چونکہ ہاتھ پہنچے کی طرف جاتے ہیں اس لئے کندھوں سے لے کر ہاتھ کی انگلیوں تک پورے حصے کی ورزش ہو جاتی ہے۔ اس سے بازوؤں کے ٹھٹھے طاقتور ہوتے ہیں۔
- ☆ رکوع سے کمر کے درد کے مریض یا ایسے مریض جنکے حرام مغز میں ورم (Inflammation of Spinal Cord) ہو گیا ہو جلد صحتیاب ہو جاتے ہیں۔
- ☆ رکوع سے گردوں میں پتھری بننے کا عمل ست پڑ جاتا ہے اور پتھری کا مریض جس کے گردوں میں پتھری بن گئی ہو رکوع کی حرکت سے بہت جلد نکل جاتی ہے۔
- ☆ رکوع سے جگر کے امراض کا خاتمہ ہوتا ہے۔
- ☆ رکوع سے ٹانگوں کے فالج زدہ مریض چلنے پھرنے کے قابل ہو جاتے ہیں۔
- ☆ رکوع سے دماغ اور آنکھوں کی طرف دوران خون کے بہاؤ (Circulation of Blood) کی وجہ سے دماغ اور نگاہ کی کارکردگی میں اضافہ ہوتا ہے۔



## قومے کی تعریف

رکوع کرنے کے بعد جو سیدھا کھڑا ہوتے ہیں، اسے قومہ کہتے ہیں۔

## قومے کا حکم

قومہ کرنا واجب ہے۔

## قومے کرنے کا طریقہ

- ☆ رکوع سے سمع اللہ لمن حمدہ کہتے ہوئے کھڑے ہونے کے بعد اللهم ربنا ولك الحمد کہیں۔
- ☆ سیدھے اس طرح کھڑے ہوں کہ کمر بالکل سیدھی ہو۔
- ☆ دونوں قدموں میں چاراً نکل کا فاصلہ ہو۔
- ☆ ہاتھ لٹکے ہوئے اور نگاہ سجدہ گاہ پر ہو۔

**مسئلہ ضروری.....** اگر رکوع کرنے کے بعد قومہ کئے بغیر سجدہ کر لیا تو ایسی نماز واجب الاعادہ ہوگی۔

پیشانی کا زمین پر جمناسجدے کی حقیقت ہے۔

**سجدے پر حکم ربی عزوجل**

**واسجدوا** (پ ۷۷، سورہ الحج: ۷۷)

ترجمہ کنز الایمان : اور سجدہ کرو۔

**سجدے پر حدیث نبوی صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم**

حضرت احمد ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے فرمایا، سب سے زیادہ قرب بندے کو اللہ عزوجل سے اس حالت میں ہے کہ سجدے میں ہو، لہذا دعا زیادہ کرو۔

**سجدے کی تعریف**

رکوع کرنے کے بعد بیٹھ کر پیشانی کو زمین سے لگایا جاتا ہے، اسے سجدہ کہتے ہیں۔

**سجدے کا درست طریقہ**

- ☆ سجدے میں اس طرح جائیں کہ دونوں گھٹنے ایک ساتھ زمین پر آہستہ سے رکھیں۔
- ☆ بائیں سرین پر بیٹھیں۔
- ☆ دونوں قدم داہنی جانب نکال دیں۔
- ☆ پھر دونوں ہتھیلیاں زمین پر اس طرح رکھیں کہ انگلیاں ملی ہوئی ہوں اور ان کا رخ قبلہ کی جانب ہو۔
- ☆ کہنیاں ملی ہوئی ہوں۔
- ☆ دونوں ہاتھوں کے درمیان میں سر اس طرح رکھیں کہ پہلے ناک پھر پیشانی لگے۔
- ☆ بحر الرائق میں ہے کہ عورتوں کیلئے سجدے میں انگلیاں لگانا ضروری نہیں، عورتیں پاؤں کی انگلیاں کھڑی نہ رکھیں بلکہ داہنی جانب رکھیں۔
- ☆ خوب سمٹ کر سجدہ کریں کہ بازو کروٹ سے کروٹ پیٹ سے پیٹ ران سے اور پنڈ لیاں زمین سے ملا دیں۔
- ☆ سجدے میں تین، پانچ یا سات مرتبہ سبحان ربی الاعلیٰ پڑھیں۔



## مسائل ضروریہ

- ☆ سجدے میں عورت اپنا پچھلا حصہ نہیں اٹھائے گی۔
- ☆ سجدے میں پیشانی اس قدر دبا کی جائے کہ اب دبانے سے نہ دبے۔ پیشانی اگر خوب نہ دبی تو نماز نہ ہوگی۔
- ☆ اسی طرح ناک کی ہڈی کو دبانا واجب ہے۔ اگر ناک کی ہڈی تک نہ دبی تو نماز مکروہ تحریمی ہوگی۔

### سجدے پر سائنسی تحقیق

جب نمازی سجدہ کرتا ہے تو اس کے دماغ کی شریانوں (Arteries) کی طرف خون زیادہ جاتا ہے جسم کی کسی بھی پوزیشن میں خون دماغ کی طرف زیادہ نہیں جاتا صرف سجدہ کی حالت میں دماغ (Brain) دماغی اعصاب (Nervous Brain) آنکھوں اور سر کے دیگر حصوں کی طرف خون کا دوران (Blood Circulation) متوازن (Normal) ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے نگاہ بہت تیز ہو جاتی ہے۔

### سجدہ دائمی خوب صورتی کا بہترین ذریعہ

- ☆ نمازی آدمی کے چہرے پر تازگی رہتی ہے۔ کیونکہ نماز اور سجدے کی وجہ سے اس کی تمام شریانوں میں خون پہنچتا رہتا ہے جو نماز نہیں پڑھتا اس کے چہرے پر ایک افسردگی سی پھیلی رہتی ہے اس لئے حدیث پاک میں وارد ہے کہ جو نماز پڑھتا ہے اس کے چہرے پر صالحین کا نور ہوگا۔

شیخ انجینئر نقشبندی فرماتے ہیں، میری ملاقات امریکن ڈاکٹر سے ہوئی کہنے لگا کہ یقیناً جانیں عورتوں کو اگر پتا چل جائے کہ نماز میں لمبے سجدے کی وجہ سے چہرہ خوب صورت ہوتا ہے اور نور آتا ہے تو وہ سجدے سے کبھی سر ہی نہ اٹھائیں۔

☆ صحیح طریقے سے سجدہ کرنے سے بند نہ ثقل سماعت سردرد جیسی تکلیفوں سے نجات ملتی ہے۔

☆ صحیح طریقے سے سجدہ کرنے سے یادداشت صحیح کام کرتی ہے۔

☆ فہم و فراست میں اضافہ ہوتا ہے۔

☆ آدمی کے اندر تدبیر کی عادت پڑ جاتی ہے۔

### کہنیاں نہ پھیلانے کے متعلق سائنسی تحقیق

☆ عورتوں کو حکم ہے کہ وہ سجدے میں کہنیوں کو نہ پھیلائیں۔ کہنیاں بدن کے ساتھ لگی رہیں ایسا کرنے سے عورتوں کے اعصاب دودھ کے غدود، سینے کے اعصاب اور حسن نسواں پر بہت گہرے اثرات پڑتے ہیں۔

☆ اسی طرح سجدے میں رانوں کو جدا نہ کرنے کی وجہ سے پوشیدہ نسوانی امراض سے نجات ملتی ہے۔

☆ جن لوگوں کے معدے میں چلن رہتی ہے اور زخم ہوتا ہے صحیح سجدے کے عمل سے یہ مرض ختم ہو جاتا ہے۔

☆ عورتیں اگر صحیح طریقے سے سجدہ کریں تو ان کا بڑھا ہوا پیٹ کم ہو جائے گا جسم سڈول اور خوب صورت رہے گا۔

## جلسے کی تعریف

دو سجدوں کے درمیان بیٹھنے کو جلسہ کہتے ہیں۔

## جلسے میں بیٹھنے کا طریقہ

سجدے سے اس طرح اٹھیں کہ پہلے پیشانی پھر ناک اور پھر ہاتھ اٹھائیں۔

## جلسے پر سائنسی تحقیق

دونوں سجدوں کے درمیان بیٹھنا (جلسہ) گھٹنوں اور پنڈلیوں کو مضبوط بناتا ہے۔ اس کے علاوہ رانوں میں جو پٹھے (Muscles)

اللہ تعالیٰ نے نسل بڑھانے کیلئے بنائے ہیں ان کو خاص قوت بنادیتا ہے۔ جس سے مردانہ اور زنانہ کمزوریاں دور ہوتی ہیں

تاکہ انسان کی نسلیں دماغی اور جسمانی اعتبار سے صحت مند پیدا ہوں۔



## قعدہ اولیٰ کی تعریف

تین یا چار رکعتوں والی نماز میں دو رکعتیں پڑھ کر جو بیٹھا جاتا ہے اسے قعدہ اولیٰ (پہلا قعدہ) کہتے ہیں۔

## قعدہ کا درست طریقہ

☆ قعدہ کرنے کا درست طریقہ یہ ہے کہ دونوں قدموں کو سیدھی جانب نکال کر بائیں سرین پر بیٹھیں۔

☆ دونوں ہاتھ دونوں رانوں پر اس طرح رکھیں کہ دونوں ہاتھوں کی انگلیوں کے کنارے گھٹنوں کے پاس ہوں انہیں پکڑے نہیں نہ لٹکائیں۔

☆ نظریں گود پر رکھیں۔

☆ قعدہ اولیٰ اگر فرض نماز و تر یا سنت مؤکدہ کا ہے تو صرف تشهد پڑھیں۔

☆ تشهد پر کچھ نہیں بڑھائیں اور قعدہ اولیٰ اگر نفلی نماز اور سنت غیر مؤکدہ کا ہو تو دو روپاک اور دعائے ماثورہ بڑھانا مسنون ہے۔

## قعدہ میں تشهد پڑھنے کا طریقہ

☆ قعدہ میں تشهد پڑھنے کا مسنون طریقہ یہ ہے کہ شہادت پر اشارہ کریں یعنی کہ تشهد (التحیات) پڑھنے کے دوران جب کلمہ لا پر پہنچے تو چھوٹی انگلی اور اس کے برابر والی انگلی کو بند کریں۔

☆ بیچ کی انگلی اور انگوٹھے کا حلقہ بنا لیں اور شہادت کی انگلی اٹھائیں اور اسے حرکت نہ دیں۔

☆ اِلَّا پر گرا دیں۔

☆ سب انگلیاں فوراً سیدھی کر لیں۔

حدیث پاک میں ہے کہ حضور صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم تشهد میں شہادت پر پہنچتے تو انگلی سے اشارہ کرتے حرکت نہ کرتے۔ (ترمذی، نسائی)

حدیث پاک میں ہے کہ حضور اکرم، نور مجسم، سرور دو عالم صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے فرمایا کہ انگلی سے اشارہ کرنا شیطان پر بھاری اور

ہتھیار سے زیادہ سخت ہے۔ (فتاویٰ رضویہ)

مسئلہ ضروری..... کسی قعدے میں تشهد کا کوئی حصہ بھول جائے تو سجدہ ہو واجب ہوگا۔

## (6) قعدۂ اخیرہ

### قعدۂ اخیرہ کی تعریف

نماز کی رکعتیں پوری کرنے کے بعد التحیات پڑھنے کی مقدار بیٹھنے کو قعدۂ اخیرہ کہتے ہیں۔

### قعدۂ اخیرہ کا عملی سُنّت طریقہ

نماز کی آخری رکعت کا دوسرا سجدہ کرنے کے بعد اللہ اکبر کہتے ہوئے اُنھیں اور اس طرح بیٹھیں کہ اپنے دونوں پاؤں سیدھی طرف نکال دیں اور بائیں سرین پر بیٹھ جائیں۔ ہاتھوں کو رانوں پر گھٹنوں کے قریب رکھیں۔ انگلیاں ملی ہوئی ہوں اور قبلہ رو ہوں۔ نگاہ گود کی طرف رکھیں۔ تشهد میں جب کلمہ لا پر پہنچے تو داہنے ہاتھ کی بیچ کی انگلی اور انگوٹھے کا حلقہ بنائیں۔ چھنگلیاں اور اس کے پاس والی انگلی کو پھیلی سے ملا کر کلمے کی انگلی اٹھائیں اور اس کو حرکت نہ دیں اور کلمہ **اَللّٰہُ** پر گرا دیں اور سب انگلیاں فوراً سیدھی کر لیں۔

☆ تشهد پڑھنے کے بعد دو برابر ایسی پڑھیں اور اس کے بعد دعائے ماثورہ جو **اَللّٰہُمَّ** سے شروع ہو پڑھیں۔

## مسائل ضروریہ

☆ قعدۂ اخیرہ نماز میں فرض ہے قعدۂ اخیرہ میں اتنی دیر بیٹھنا کہ جتنی دیر میں پوری تشهد (التحیات سے لے کر رسولہ تک) پڑھ لیا جائے فرض ہے۔

☆ قعدۂ اخیرہ میں دُرود شریف پڑھنا سُنّت ہے۔

☆ چار رکعت والی نماز میں تیسری پر قعدہ نہ کرنا واجب ہے۔

### قعدۂ اولیٰ اور اخیرہ پر سائنسی تحقیق

☆ اس طریقے سے بیٹھنے پر مردانہ اور زنانہ کمزوریاں دور ہو جاتی ہیں تاکہ انسان کی نسلیں صحت مند پیدا ہوں۔

☆ اس طریقے سے پرانے پٹھوں کے امراض (Muscles Pains) ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

☆ اعصابی دباؤ اور کھنچاؤ سے راحت محسوس ہوتی ہے۔

☆ ذہنی انتشار کی کیفیت سکون میں بدل جاتی ہے۔



## خروج بصلوٰۃ کی تعریف

قعدۂ اخیرہ کے بعد قصد اسلام پھیر کر نماز سے فارغ ہونا خروج بصلوٰۃ کہلاتا ہے۔

## خروج بصلوٰۃ کا عملی طریقہ

☆ قعدۂ اخیرہ میں دعا ختم کرنے کے بعد اس طرح سلام پھیریں کہ پہلے سیدھے شانے کی طرف السلام علیکم ورحمۃ اللہ کہتے ہوئے اتنا منہ پھیریں کہ دایاں رُخسار دکھائی دینے لگے۔

☆ سلام پھیرتے وقت نگاہ شانوں کی طرف رکھیں اور فرشتوں پر بھی سلام کی نیت کریں۔

☆ پھر السلام علیکم ورحمۃ اللہ کہتے ہوئے اُٹے شانے کی طرف اتنا منہ پھیریں کہ اُٹارُخسار نظر آنے لگے۔

☆ نگاہ شانے کی طرف رکھیں اور فرشتوں پر بھی سلام کی نیت کریں۔

☆ سلام پھیرتے وقت بدن یا سینے کو نہیں گھمائیں، نہ ہی گردن کو سینے سے چپکائیں بلکہ صرف گردن گھما کر سلام پھیریں۔

**فضیلت**..... بندہ جب سلام پھیرتا ہے تو جنت کے آٹھوں دروازے اس کیلئے کھول دیئے جاتے ہیں کہ جس دروازے سے چاہے جنت میں داخل ہو جائے۔ (فضائل صلوٰۃ)

## مسائل ضروریہ

☆ اگر السلام کے علاوہ کسی دوسرے فعل سے نماز کو ختم کیا تو نماز کو دوبارہ پڑھنا ہوگا کہ لفظ السلام کہنا واجب ہے۔

☆ لفظ السلام دوبار کہنا واجب ہے۔

☆ پہلے دائیں طرف پھر بائیں طرف سلام پھیرنا سنت ہے۔

☆ سلام میں اتنا منہ پھیریں کہ رُخسار دکھائی دے، سُنّت ہے۔

☆ السلام علیکم ورحمۃ اللہ دوبار کہنا سنت ہے۔

☆ اگر قعدۂ اخیرہ اور خروج بصلوٰۃ کے درمیان تین بار سبحان اللہ کہنے کی مقدار ٹھہر گئی تو سجدہ سہو واجب ہوا۔ چونکہ (دو فرض، دو واجب یا فرض اور واجب کے درمیان تین تسبیح کی مقدار وقفہ نہ واجب ہے)۔ (بہار شریعت، حصہ سوم، صفحہ ۲۸)

☆ سلام کے وقت نگاہ کو شانے کی طرف رکھنا مستحب ہے۔

## خروج بصلوٰۃ پر سائنسی تحقیق

☆ نماز کے اختتام پر سلام پھیرتے ہیں گردن پھرنے کے اس عمل سے گردن کے عضلات کو طاقت ملتی ہے اور وہ امراض جن کا تعلق عضلات سے ہے لاحق نہیں ہوتے اور انسان ہشاش بشاش اور توانا رہتا ہے۔

☆ کیونکہ نمازی کو سلام پھیرنے کیلئے سردائیں بائیں کرنا پڑتا ہے اور ایسا کئی بار ایک نماز میں کرنا پڑتا ہے تو ایسا کرنے والا

امراض قلب (Heart Disease) اور اسکی اندرونی پیچیدگیوں سے ہمیشہ بچا رہتا ہے اور بہت کم ان امراض میں مبتلا ہوتا ہے۔

## نماز تہجد

نماز تہجد ایک مسلمان کیلئے دینی اہمیت کی حامل ہے جیسا کہ مندرجہ ذیل قرآنی آیت یہ باور کر رہی ہے۔

**نماز تہجد پر حکم ربی عزوجل**

**ومن الليل فتهجد به نافلة لك** (سورہ بنی اسرائیل: ۸۹)

ترجمہ: اور رات کے کچھ حصے میں تہجد بھی پڑھ لیا کیجئے (جو آپ کے حق میں زائد چیز ہے)۔

**تہجد پر حدیث نبوی صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم**

حضور سید عالم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا، ایسی عورت پر اللہ کی رحمت نازل ہو جو رات کو اٹھ کر تہجد پڑھے اور اپنے خاوند کو بھی جگا دے۔

**تہجد کی تعریف**

نمازِ عشاء کے بعد ختمِ سحر سے پہلے تک ایک گھڑی نیند کے بعد بیدار ہو کر جو نماز ادا کی جاتی ہے، اسے تہجد کہتے ہیں۔

**نماز تہجد پر سائنسی تحقیق**

- ☆ مغربی ڈاکٹروں نے ڈپریشن کے مرض کا علاج دریافت کیا ہے تہجد پڑھنا۔
- ☆ تہجد کے وقت جاگنا مایوسی کے مرض کا علاج ہے۔
- ☆ علم نفسیات کے ماہرین نے جب تجربہ کیا تو اس عمل سے مریض کو صحت یاب پایا۔
- ☆ بے سکونی اور نیند کی کمی کا علاج ہے۔
- ☆ اعصابی کھنچاؤ اور جکڑاؤ کیلئے مفید ہے۔
- ☆ دماغی امراض خاص طور پر پاگل پن کی خطرناک بیماریاں ختم ہو جاتی ہیں۔
- ☆ ایسے افراد جن کی نگاہوں میں دود و نظر آنے کی کیفیت پائی جائیں وہ ختم ہو جاتی ہیں۔
- ☆ نماز تہجد انسانی جسم میں نشاط، فرحت اور غیر معمولی طاقت پیدا کرتی ہے۔ جو اسے سارا دن ہشاش بشاش رکھتی ہے۔
- ☆ مغربی ڈاکٹروں نے دیکھا کہ جو مسلمان تہجد کے وقت جاگتے ہیں انہیں مایوسی کا مرض نہیں ہوتا چنانچہ انہوں نے سوچا کہ تہجد کے وقت جاگنا مایوسی کے مرض کا علاج ہے۔
- ☆ علم نفسیات کے ماہرین نے مایوسی کے مریضوں پر یہ تجربہ کیا انہوں نے مایوسی کے مریضوں کو تہجد کے وقت جگانا شروع کیا یہ مریض جاگ کر کچھ پڑھ لیتے تھے اور پھر سو جاتے تھے۔ یہ معمول جب کئی مہینے مسلسل جاری رکھا گیا تو مایوسی کے مریضوں کو فائدہ ہوا اور وہ دواؤں کے بغیر ٹھیک ہو گئے۔
- ☆ چنانچہ اس مغربی ڈاکٹر نے یہ نتیجہ اخذ کیا کہ آدھی رات کو جاگنا مایوسی کے مریضوں کا علاج ہے۔

اب نماز کے مکروہات و مفسدات پیش کئے جاتے ہیں تاکہ نماز کے دوران

ان باتوں سے پرہیز کیا جائے اور نماز کو ضائع ہونے سے بچایا جاسکے۔



## واجباتِ نماز

(۱) تکبیر تحریمہ میں لفظ اللہ اکبر کہنا (۲) الحمد شریف پڑھنا (۳) سورت ملانا، یعنی فرض نماز کی پہلی دو رکعتوں میں اور باقی نمازوں کی ہر رکعت میں ایک چھوٹی سورت یا تین چھوٹی آیتیں یا ان کے برابر ایک یا دو آیتیں پڑھنا (۴) الحمد شریف کا سورت سے پہلے پڑھنا (۵) الحمد للہ شریف اور سورت کے درمیان آمین اور بسم اللہ کے علاوہ کچھ اور نہ پڑھنا (۶) قرأت کے فوراً بعد رکوع کرنا (۷) ایک سجدے کے بعد بالترتیب دوسرا سجدہ کرنا (۸) تعدیل ارکان یعنی رکوع، سجود، قومہ اور جلسے میں کم از کم ایک بار سبحان اللہ کہنے کی مقدار ٹھہرنا (۹) قومہ یعنی رکوع سے سیدھا کھڑا ہونا (بعض خواتین کمر سیدھی نہیں کرتیں اس طرح ان کا واجب ترک ہو جاتا ہے) (۱۰) جلسہ یعنی دو سجدوں کے درمیان سیدھا بیٹھنا (بعض خواتین جلد بازی کی وجہ سے صحیح طریقے سے بیٹھنے سے پہلے ہی سجدے میں چلی جاتی ہیں اس طرح ان کا واجب ترک ہو جاتا ہے۔ چاہے کتنی ہی جلدی ہو سیدھا بیٹھنا لازمی ہے) (۱۱) قعدہ اولیٰ واجب ہے اگرچہ نفل نماز ہو (۱۲) فرض، وتر اور سنت مؤکدہ میں تشہد (یعنی التَّحِیَّات) کے بعد کچھ نہ پڑھنا (۱۳) دونوں قعدوں میں تشہد مکمل پڑھنا، اگر ایک لفظ بھی چھوڑا تو ترک واجب ہو جائیگا اور سجدہ سہو واجب ہوگا (۱۴) فرض، وتر اور سنت مؤکدہ کے قعدہ اولیٰ میں تشہد کے بعد اگر بے خیالی میں **اللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ** یا **اللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا** کہہ دیا تو سجدہ سہو واجب ہوگا اور اگر جان بوجھ کر ایسا کیا تو نماز لوٹنا واجب ہے۔ **(رَدُّ الْمَحْتَارِ)** (۱۵) دونوں سلام پھیرتے وقت لفظ السلام دونوں بار واجب ہے۔ لفظ علیکم واجب نہیں بلکہ سُنَّت ہے (۱۶) وتر میں دعائے قنوت پڑھنا (۱۷) وتر میں تکبیر قنوت کہنا (۱۸) نماز میں سہو ہو تو سجدہ سہو کرنا (۱۹) رکوع ہر رکعت میں ایک ہی بار کرنا (۲۰) ہر فرض اور واجب کا اس کی جگہ ہونا (۲۱) سجدہ ہر رکعت میں ایک ہی بار کرنا (۲۲) دوسری رکعت سے پہلے قعدہ نہ کرنا (۲۳) چار رکعت والی نماز میں تیسری رکعت پر قعدہ نہ کرنا (۲۴) آیت سجدہ پڑھی ہو تو سجدہ تلاوت کرنا (۲۵) دو فرض یا دو واجب یا فرض و واجب کے درمیان تین تسبیح کی قدر یعنی تین بار سبحان اللہ کہنے کی مقدار و قعدہ نہ ہونا۔

## سجدة سہو

واجبات نماز میں سے جب کوئی واجب چھوٹ جائے یا بھولے سے رہ جائے تو اس کی تلافی کیلئے سجدة سہو واجب ہے۔ حدیث مبارک میں ہے، ایک بار حضور صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم دو رکعت پڑھ کر کھڑے ہو گئے بیٹھے نہیں، پھر سلام کے بعد سجدة سہو کیا۔ (ترمذی، رواہ مغیرہ بن شعبہ)

## سجدة سہو کا طریقہ

قعدہ اخیرہ میں التحیات کے بعد اپنی طرف سلام پھیر کر دو سجدے کریں پھر تشهد و دو رو و دو عا پڑھ کر سلام پھیریں۔ (عامہ کتب)

## مسائل ضروریہ

- ☆ اگر بغیر سلام پھیرے سجدے کر لئے تو بھی کافی ہے مگر ایسا کرنا مکروہ تنزیہی ہے۔
- ☆ فرض ترک ہو جانے سے نماز جاتی رہی، سجدة سہو سے اس کی تلافی نہیں ہو سکتی لہذا نماز دوبارہ پڑھے۔
- ☆ جان بوجھ کر واجب چھوڑ دیا یا سہواً واجب چھوٹ گیا اور سجدة سہو نہ کیا تو دونوں صورتوں میں نماز کا دوبارہ پڑھنا لازم ہے۔ (ذُرِّمَحْطَر)
- ☆ فرض و نفل دونوں کا ایک حکم ہے یعنی نوافل میں بھی واجب چھوٹ جائے تو سجدة سہو واجب ہوگا۔ (عالمگیری)
- ☆ ایک نماز میں چند واجب ترک ہوئے تو دو ہی سجدے کافی ہیں۔ (زُدُّ الْمُحْتَار)
- ☆ جس پر سجدة سہو واجب تھا اسے یہ یاد ہی نہ رہا کہ سجدة سہو کرنا ہے اور نماز ختم کرنے کیلئے سلام پھیر دیا تو ابھی نماز سے باہر نہ ہوئی تھی لہذا جب تک کوئی ایسا کام نہ کیا ہو جو نماز فاسد کر دیتا ہے تو اس کیلئے حکم ہے کہ سجدة سہو کرے اور اپنی نماز پوری کرے۔ (ذُرِّمَحْطَر)

## رکعت کی تعداد میں شک ہونا

- ☆ جس کو نماز میں تعداد رکعت میں شک ہو مثلاً یہ شک کہ تین ہوئیں یا چار اور یہ بالغ ہونے کے بعد پہلا واقعہ ہے تو نماز توڑ دے اور نئے سرے سے نماز پڑھے اور اگر یہ شک پہلی بار نہیں بلکہ پہلے بھی ہو چکا ہے تو غالب گمان جس طرح ہو یعنی ایک طرف زیادہ دل جمتا ہے تو اسی کو اختیار کریں اور اگر کسی طرف دل نہیں جمتا تو کم کی جانب اختیار کریں مثلاً تین اور چار میں شک ہے تو تین قرار دیں اور تین میں شک ہو تو دو۔
- ☆ تیسری اور چوتھی دونوں میں قعدہ کریں کہ احتمال ہے کہ یہ تیسری نہ ہو اور چوتھی میں قعدہ کے بعد سجدة سہو کر کے سلام پھیر دیں اور غالب گمان کی صورت میں سجدة نہیں، مگر سوچنے میں ایک رکن کی مقدار (یعنی تین بار سبحان اللہ کہنے کے برابر) وقفہ ہو گیا تو سجدة سہو واجب ہو گیا۔

- ☆ یہ شک واقع ہوا کہ اس وقت کی نماز پڑھی یا نہیں تو اگر وقت باقی ہے تو پڑھ لے ورنہ نہیں۔ (بہار شریعت)



## مکروہات نماز

مکروہات دو قسم کے ہیں: (۱) مکروہ تنزیہی (۲) مکروہ تحریمی۔

مکروہ تنزیہی یعنی جس کا کرنا شریعت کو پسند نہیں مگر کرنے پر سزا و عذاب بھی نہیں اور مکروہ تحریمی وہ ہے جس سے عبادت ناقص ہو جاتی ہے اور کرنے والا گناہ گار ہوتا ہے۔

### مکروہات تنزیہی

- ☆ سرین پر بیٹھ کر گھٹنوں کو کھڑا کرنا ☆ آستین چڑھا لینا ☆ اشارے کے ساتھ سلام کا جواب دینا ☆ بلا عذر چوکڑی مار کر بیٹھنا ☆ بالوں کو گوندھنا ☆ غیر قیام کی حالت میں قرأت کرنا۔
- ☆ نفل نماز میں پہلی رکعت کو لمبا کرنا اور باقی تمام نمازوں میں دوسری رکعت کو پہلے سے لمبا کرنا۔
- ☆ فرض نماز کی ایک رکعت میں کسی سورت کو دو بار یا زیادہ پڑھنا ☆ دو رکعتوں میں پڑھی جانے والی دو چھوٹی سورتوں کے درمیان ایک سورت کے ساتھ فصل کرنا۔
- ☆ قصد اخشب و سونگھنا ☆ ایک یا دو بار کپڑے یا پٹکے سے ہوا لینا۔
- ☆ سجدے وغیرہ میں ہاتھوں یا پاؤں کی انگلیوں کو قبلے سے پھیر دینا۔
- ☆ رکوع میں ہاتھوں کو گھٹنوں پر نہ رکھنا ☆ عملِ قلیل کرنا ☆ جوں پکڑنا اور اسے مارنا۔
- ☆ منہ میں کوئی چیز رکھنا جو مسنون قرأت میں رکاوٹ پیدا کرتی ہو ناک میں کوئی عذر نہ ہونے کے باوجود صرف پیشانی پر سجدہ کرنا ☆ حمام، گذرگاہ، قبرستان اور دوسرے کی زمین میں اس کی مرضی کے بغیر نماز پڑھنا۔
- ☆ نجاست کے قریب نماز پڑھنا ☆ اتنی نجاست کے ساتھ نماز پڑھنا جو مانع نہیں ہے۔
- ☆ کام کاج کے کپڑوں میں نماز پڑھنا ☆ کھانے کی موجودگی میں جب اس کی طرف طبیعت کا میلان ہو۔
- ☆ ایسے کام کے وقت نماز پڑھنا جو دل کو مشغول رکھتا ہو اور خشوع میں خلل ڈالتا ہو ☆ آیت اور تسبیح کو ہاتھ سے شمار کرنا۔
- ☆ کسی سورت کو مقرر کر لینا کہ اس کے علاوہ نہیں پڑھے گی۔ البتہ آسانی کیلئے یا نبی کریم صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم کی قرأت سے

تبرک حاصل کرنے کی خاطر ایسا کر سکتی ہے۔ (نور الایضاح)

- ☆ نماز میں آنکھیں بند رکھنا ☆ نماز میں بلا عذر چارزانو بیٹھنا ☆ اراداً کھانا، کھنکارنا (اگر طبیعت چاہتی ہو تو حرج نہیں)
- ☆ نماز میں ثنا، تَعَاذُ، تَسْمِیَہ اور آمین زور سے کہنا بغیر عذر دیوار وغیرہ پر ٹیک لگانا۔
- ☆ ایسی چیز کے سامنے نماز پڑھنا جس سے دھیان بڑے مثلاً زینت اور لہو و لعب وغیرہ۔ (بہارِ شریعت)
- ☆ بغیر عذر ہاتھ سے مکھی، مچھر اڑانا (نماز میں جوں یا مچھر ایذا دیتے ہوں تو پکڑ کر مار ڈالنے میں حرج نہیں جبکہ عمل کثیر سے نہ ہو)۔ (بہارِ شریعت) ☆ ہر وہ عمل قلیل جو نمازی کیلئے مفید ہو جائز ہے اور جو مفید نہ ہو مکروہ۔ (عالمگیری)
- ☆ نمازی کے ہر چہار سمت تصویر کا ہونا۔

### مکروہات تحریمی

- ☆ جان بوجھ کر کسی واجب یا سنت کو چھوڑ دینا، جیسے کپڑے اور بدن کے ساتھ کھیلنا۔
- ☆ کنکریوں کو الٹ پلٹ کرنا۔ البتہ سجدے کیلئے ایک بار کر سکتے ہیں جبکہ باعثِ تکلیف ہو۔
- ☆ انگلیوں کو چٹکانا اور انہیں ایک دوسرے میں داخل کرنا ☆ کولہوں پر ہاتھ رکھنا ☆ گردن گھما کر ادھر ادھر دیکھنا۔
- ☆ قصد اجماعی لینا ☆ نگاہ آسمان کی طرف اٹھانا ☆ ناک اور منہ کو ڈھانکنا ☆ تصویر پر سجدہ کرنا ☆ کسی واجب کو ترک کرنا
- ☆ پیشاب، پاخانے یا ہوا کی شدت کے وقت نماز پڑھنا۔
- ☆ تشبیہ یعنی ایک ہاتھ کی انگلیاں دوسرے ہاتھ کی انگلیوں میں ڈالنا۔ (دُرِّ مختار)
- ☆ کسی شخص کے منہ کے سامنے نماز پڑھنا (دوسرے شخص کو بھی نمازی کی طرف منہ کرنا ناجائز و گناہ ہے کوئی پہلے سے چہرہ کئے ہوئے ہو اور اب کوئی اُس کے چہرے کی طرف رخ کر کے نماز شروع کرے تو نماز شروع کرنے والا گنہگار ہوا اور اس نمازی پر گراہت آئی۔ ورنہ چہرہ کرنے والے پر گناہ و کراہت ہے)۔
- ☆ اَلنَّا قِرْآن مجید پڑھنا (مثلاً پہلی رکعت میں تَبَّتْ پڑھی اور دوسری میں اِذَا جَاءَ) یہ قرأت کا مکروہ تحریمی ہے اس پر سجدہ سہو واجب نہیں۔
- ☆ اَلنَّا کِیْرَ اَپہن کر یا اوڑھ کر نماز پڑھنا۔



## مفسداتِ نماز

- (۱) گفتگو کرنا، اگرچہ بھول کر ہو یا غلطی سے ہو (۲) ایسے کلمات کے ساتھ دعا مانگنا جو ہمارے (دُنوی) کلام سے مشابہ ہو
- (۳) سلام کرنے کی نیت سے لفظ سلام کہنا، اگرچہ بھول کر ہو (۴) زبان یا ہاتھ سے مصافحہ کرتے ہوئے سلام کا جواب دینا
- (۵) عمل کثیر کرنا (۶) قبلہ سے سینہ پھیرنا (۷) کوئی چیز منہ کے اندر باہر سے لے کھانا اگرچہ کم ہو (۸) دانتوں کے درمیان جو کچھ (رُکا ہوا) ہے اسے کھانا جب وہ (کم از کم) چنے کے برابر ہو (۹) کوئی مشروب پینا (۱۰) کسی عذر کے بغیر کھانا سنا
- (۱۱) اُف اُف کرنا (۱۲) آہ کرنا (۱۳) کراہنا (۱۴) درد یا مصیبت کی وجہ سے بلند آواز سے رونا، البتہ جنت یا دوزخ کے ذکر سے نہیں (۱۵) چھینکنے والے کو یرحمک اللہ کے ساتھ جواب دینا (۱۶) اِلَّا اللہ، شریک باری تعالیٰ کے بارے میں پوچھنے والے کو لا اِلهَ کے ساتھ جواب دینا (۱۷) بری خبر سن کر اِنَّا لِلّٰہ وَاِنَّا اِلَیْہ راجعون کہنا (۱۸) خوشخبری سن کر الحمد للہ کہنا (۱۹) تعجب خیز خبر سن کر لا اِلهَ اِلَّا اللہ یا سُبْحٰنَ اللہ کہنا (۲۰) تہمت والے کا پانی کو دیکھ لینا
- (۲۱) ان پڑھ کو کوئی آیت سیکھ لینا (۲۲) اشارے سے نماز پڑھنے والے کا رکوع اور سجود پر قادر ہو جانا (۲۳) صاحب ترتیب کو فوت شدہ نماز یاد آنا (۲۴) فجر کی نماز میں سورج کا طلوع ہو جانا (۲۵) معذور کے عذر کا زائل ہو جانا (۲۶) جان بوجھ کر یا دوسرے کے عمل سے بے وضو ہو جانا (۲۷) بے ہوش ہو جانا (۲۸) پاگل ہونا (۲۹) وضو کیلئے آتے جاتے قرأت کرنا
- (۳۰) بے وضو ہونے کے بعد بیداری کی حالت میں ایک رُکن کی ادائیگی کے برابر ٹھہرے رہنا (۳۱) تکبیر میں ہمزہ کو کھینچنا نماز کو فاسد کرتا ہے (۳۲) جو کچھ یاد نہیں اسے قرآن سے دیکھ کر پڑھنا (۳۳) ستر کے ننگا ہونے یا رُکاوٹ بننے والی نجاست کے ساتھ ایک رُکن ادا کرنا، یا اتنی دیر ٹھہرنا (۳۴) قعدہ کرنے کے بعد اصلی سجدہ یاد آ جائے تو اسے ادا کرنے کے بعد آخری قعدہ نہ لوٹانا (۳۵) سونے کی حالت میں ادا کئے گئے رُکن کا نہ لوٹانا (۳۶) دو سے زائد رکعتوں والی نماز میں دو رکعتوں کے بعد

## نماز کا طریقہ ایک نظر میں

نماز شروع کرنے سے قبل نماز کی شرائط کو مکمل کرنا ضروری ہے کہ اگر شرائط کا خیال رکھے بغیر نماز پڑھی تو نماز شروع ہی نہ ہوگی۔

- ☆ نماز کی پہلی شرط طہارت ہے یعنی نماز پڑھنے والی کا جسم حدثِ اصغر و اکبر (یعنی جس سے وضو و غسل ضروری ہوتا ہے) سے پاک ہو (غسل و وضو کا طریقہ گزشتہ اوراق میں گزر چکا ہے) ☆ نماز پڑھنے کی جگہ پاک ہو ☆ نماز پڑھنے والی کے کپڑے پاک ہوں ☆ پھر اپنے آپ کو ایک ایسی موٹی چادر میں لپیٹیں کہ جس میں سے بالوں کی رنگت نہ جھلکے، نماز پڑھنے کیلئے ضروری ہے کہ ایسے کپڑے پہنیں جو کہ باریک نہ ہوں کہ جن سے بدن کی رنگت جھلکے۔ چادر میں اس طرح لپیٹیں کہ کان، کلائیوں، گردن وغیرہ نظر نہ آئے ☆ اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ جس وقت کی نماز پڑھیں اس کا وقت ہو چکا ہو، کہ اگر بغیر وقت شروع ہوئے نماز پڑھی تو نماز نہ ہوگی۔ مثلاً عصر کی نماز پڑھ رہی ہیں تو عصر کا وقت ضروری ہے۔

**ضروری نوٹ.....** نماز کے وقت کیلئے اذان کا انتظار ضروری نہیں بلکہ نماز کے اوقات کے نقشے کی مدد سے نماز کا صحیح وقت معلوم کیا جاسکتا ہے۔

☆ پھر نماز کی نیت کریں، مثلاً اگر آپ عصر کی نماز ادا کر رہی ہیں تو اس طرح اس کی نیت کریں:-

### نماز کی نیت کرنا

نیت کی میں نے آج کی عصر کی، چار رکعت فرض، منہ میرا کعبہ شریف کی طرف، اللہ تعالیٰ کے واسطے۔

☆ نیت کرتے وقت ہاتھ لٹکے ہوئے ہوں، دونوں پاؤں کے پنجوں میں چار انگلی کا فاصلہ ہو، نگاہ سجدہ گاہ پر ہو۔

☆ نیت کرنے کے بعد اپنے دونوں ہاتھوں کو دوپٹے یا چادر سے نکالے بغیر کاندھوں تک اٹھائیں۔

☆ ہاتھ کی انگلیاں نہ بالکل ملائیں نہ انہیں پھیلائیں بلکہ اپنے حال پر چھوڑے رکھیں۔

☆ ہتھیلیوں کا رخ قبلہ کی طرف رکھیں۔

☆ اللہ اکبر کہتی ہوئی ہاتھ نیچے لائیں اور ہاتھوں کو سینے پر چھاتی کے نیچے اس طرح رکھیں کہ بائیں ہاتھ کی پشت پر دائیں ہتھیلی ہو۔

☆ پھر ثناء پڑھیں: **سبحانک اللہم و بحمدک و تبارک اسمک و تعالیٰ جدک ولا الہ غیرک۔**

☆ پھر تعوذ **اعوذ باللہ من الشیطان الرجیم** اور اس کے بعد تسمیہ **بسم اللہ الرحمن الرحیم** پڑھیں۔

☆ پھر الحمد شریف پڑھیں اور ختم پر آمین کہیں۔

☆ اس کے بعد کوئی سورت یا تین آیتیں پڑھیں یا ایک آیت جو تین آیات کے برابر ہو، پڑھیں۔



☆ اب اللہ اکبر کہتی ہوئی رکوع میں جائیں، یعنی رکوع کیلئے جھکنا شروع کرے تو اللہ اکبر شروع کرے اور رکوع میں پہنچ جائے تو تکبیر ختم کرے۔

☆ رکوع کیلئے اتنا جھکیں کہ ہاتھ گھٹنوں تک پہنچ جائیں۔

☆ پیٹھ سیدھی نہ کریں اور نہ گھٹنوں پر زور دیں، بلکہ محض ہاتھ رکھیں۔

☆ ہاتھوں کی انگلیاں ملی ہوئی رکھیں، بازو پہلے سے چپکے ہوئے اور پاؤں جھکے ہوئے رکھیں۔

☆ رکوع کرتے وقت نگاہ قدموں پر رکھیں۔

☆ رکوع میں کم از کم تین بار تسبیح سبحان ربی العظیم پڑھیں۔

☆ پھر سمع اللہ لمن حمدہ کہتی ہوئی کھڑی ہو جائیں۔

☆ سیدھی کھڑی ہونے کے بعد اللھم ربنا ولك الحمد کہیں۔

☆ پھر اللہ اکبر کہتی ہوئی سجدے میں جائیں، اس طرح کہ پہلے دونوں گھٹنے زمین پر رکھیں پھر دونوں ہاتھ پھر دونوں ہاتھوں کے بیچ میں سر رکھیں۔

☆ سر اس طرح رکھیں کہ پیشانی اور ناک کی ہڈی زمین پر جم جائے۔

☆ سمٹ کر سجدہ کریں اس طرح کہ بازو کروٹوں سے ملا دیں، پیٹ ران سے، ران پنڈلیوں سے اور پنڈلیاں زمین سے ملا دیں۔

☆ کلاں یاں زمین پر بچھا دیں، یونہی دونوں پاؤں اور ہتھیلیاں پیچھی ہوئی رکھیں۔

☆ سجدے میں نگاہ ناک پر ہو اور ہاتھوں کی انگلیاں قبلہ کی طرف ہوں۔

☆ دونوں پاؤں داہنی جانب نکال دیں اور بائیں سرین پر بیٹھیں۔

☆ سجدہ میں کم از کم تین بار سبحان ربی الاعلیٰ پڑھیں۔

☆ پھر سر اٹھائیں اور داہنا ہاتھ دائیں ران پر اور بائیں ہاتھ بائیں ران پر اس طرح رکھیں کہ انگلیاں ملی ہوئی ہوں اور ان کے کنارے گھٹنوں کے پاس قبلہ کی طرف ہوں۔

☆ پھر اللہ اکبر کہتی ہوئی دوسرے سجدے میں جائیں اور اسی طرح سجدہ کریں۔

☆ جب دونوں سجدے کر لیں تو دوسری رکعت کیلئے پنجوں کے بل گھٹنوں پر ہاتھ رکھ کر کھڑی ہوں۔

☆ دوسری رکعت میں ثناء اور تَعَاذُ ذَنِّ پڑھیں بلکہ صُف تسمیہ پڑھ کر الحمد شریف اور کوئی سورت پڑھ لیں۔

☆ رکوع اور سجدہ اس طرح کریں جیسے پہلی رکعت میں کیا تھا۔

- ☆ دوسری رکعت کے دونوں سجدوں کے بعد پاؤں داہنی جانب نکال کر اسی طرح بیٹھ جائیں جس طرح پہلی رکعت میں دونوں سجدوں کے درمیان بیٹھی تھیں اور نگاہ گود پر ہو۔
- ☆ پھر تشهد پڑھیں۔
- ☆ جب تشهد میں کلمہ لا کے قریب پہنچیں تو داہنے ہاتھ کی بیچ کی انگلی اور انگوٹھے کا حلقہ بنائیں اور چھنگلی اور اس کے پاس والی انگلی کو تھیلی سے ملا دیں۔
- ☆ لفظ لا پر کلمہ کی انگلی کو اٹھائیں مگر ہلائیں نہیں اور اَلَّا پر گرا دیں اور سب انگلیاں سیدھی کر لیں۔
- ☆ دو سے زائد رکعتیں پڑھنی ہیں تو اٹھ کھڑی ہوں مگر زمین پر ہاتھ رکھ کر کھڑی نہ ہوں بلکہ گھٹنوں پر زور دے کر کھڑی ہوں (ہاں اگر عذر ہو تو حرج نہیں)۔
- ☆ فرض کی بقیہ دو رکعتوں میں الحمد شریف کے بعد سورت ملانے کی ضرورت نہیں۔
- ☆ چار رکعتیں مکمل کرنے کے بعد آخری قعدہ کریں۔
- ☆ قعدہ میں تشهد کے بعد دُرودِ ابراہیمی اور دُعائے ماثورہ (جو قرآن وحدیث میں وارد ہوئی ہوں) پڑھیں۔
- ☆ پھر دائیں کندھے کی طرف منہ کر کے اَلْسَلَامُ عَلَیْکُمْ وَرَحْمَةُ اللّٰہِ کہے، اس کے بعد بائیں کندھے کی طرف منہ کر کے یہی کہیں..... اس طرح آپ کی نماز مکمل ہوگئی۔
- اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ اپنے حبیب پاک صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم کے صدقے میں ہر مسلمان مرد و عورت کو سنت کے مطابق نماز ادا کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین بجاہِ سید المرسلین صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم
- وما علینا الا البلاغ المبین



## ماخذ و مراجع

- ☆ القرآن العظیم
- ☆ فتاویٰ رضویہ
- ☆ بہارِ شریعت
- ☆ بحر الرائق
- ☆ نور الایضاح
- ☆ سنتِ نبوی اور سائنسی تحقیقات
- ☆ حدیثِ نبوی اور جدید سائنس
- ☆ مستند علاجِ نبوی